ET MORE! 安リッチ服通販73

http://more.shueisha.co.jp

MORE

1 モア 2010 600YEN

特別付録1
ジル スチュアート ×MORE
卓上フラワーカレンダー
12カ月全部カワイイ! 書き込みやすい!

特別付録2
星降る夜のごほうびジュエリーBOOK

美保 パンツ派VS.スカート派の 麻里子
スタメンボトム3着
20days×2

タイリスト7番勝負!
絶対持ってる「黒」で激変コーデバトル

真冬のヒットコートは甘を買う? 辛を買う?

ろそろ本気で……
老けないカラダをつくる!

梨花の
おしゃれ
人生相談

年末年始のイベントコーデ
り?なし?本音でジャッジ

いろがなくてもできちゃった!
かほか♥蒸しレシピ

評連載
宮和也

シアター
相葉雅紀くんと
たり暮らし♥

小池徹平

ケイト・スペードの
春呼び財布

みんなプロ級
街のHIT
ヘアアレンジ

目ヂカラ王子・森ユキオ
盛りアイメイクで
ゴージャス★デカ目

「シワ」から始め
必勝! エイジングケ

今年は何が流行った
MORE
メガヒット番付

『お薬BOOK』
ココロに効

大激戦! グランプリを制するのは?
「攻めます!」
冬の安リッチ服
431

旬顔だけ狙え!
アラ5 ¥5000 ブーツ
アラ5 ¥5000 パンプス

スター軍団!
モアモデルズ1
プライベート
冬コーデ
竹下玲奈・加藤夏希・田中美保
比留川游・紗耶・大屋夏南
山田みお・篠田麻里子・落合恭子
ナオ・木下ココ

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

その美しさ、宝石級。「透明発光パール*」のクリアな輝き。

目指したのは、にごりなく透きとおる宝石の透明感。「透明発光パール」。
それは、"輝きのコフレドール"が実現した特別な光。きらめきのヴェールをのせた目もとは、
瞬きするたび光り華やぐまなざしに。うるおいのツヤに包まれた唇は、
優しく輝くやわらかな表情に。新しい輝きがかなえる大人の可愛らしさをあなたへ。

コフレドール　ジュエルシャスアイズ 5種　アクアルージュ 12色　［12月新発売］

＊透明発光パール：合成金雲母・酸化チタン・酸化スズ

Makeup data：ジュエルシャスアイズ 04 アンバーベージュ　アクアルージュ PK-247

COFFRET D'OR
Kanebo

vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com
vimee.net

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

MORE 1 2010

JANUARY CONTENTS／1

COVER STORY

モア表紙初登場の梨花さん。自らちゃきちゃき衣装を選ぶセンスと決断力、飾らないトークも、みんなが憧れる"おしゃれアネゴ"のイメージそのまま。今回はそんな彼女に、モア読者の等身大のお悩みをぶつけてみました。梨花さんの「人生相談」は102ページから!

COVER STAFF

表紙●撮影／中村和孝
ヘア&メイク／イガリシノブ（ビュートリアム）
モデル／梨花　スタイリスト／松島　茜
服●ブラウス／エイトミリオン
銀座GATES店（クレバー　ジョーク　by　エイトミリオン
ブレスレット／SMOOCH（Jupiter GOLD LABEL）
題字デザイン／松永　真
表紙デザイン／田中弘之

NON STOP! 安リッチ431

038 1 「攻めます!」大激戦! グランプリ発表! 冬の安リッチ服223

054 2 旬顔だけ狙え! 「アラ9ブーツ」「アラ5パンプス」135
¥9000 ¥5000

020 史上最強の"スター軍団"結成! 2010年は「モアモデルズ11」の時代です!

022 ㊙プライベートファッションをパパラッチ★ 「モアモデルズ11×冬トレンド」熱愛SCOOP

066 人気スタイリスト、ガチンコ7番勝負! 絶対持ってる「黒」で激変★コーデバトル

ジル スチュアート×MORE フラワーカレンダー 卓上 2010 特別付録1

108 玲奈も♥「ジル スチュアート」のフラワープリント・マニア

082 特別プレゼント 大好評につき第2弾! 「ケイト・スペード」の春呼び財布 計180名様にプレゼント!

088 新宿&丸の内おすすめアドレスつき! パンツ派美保vs.スカート派麻里子 スタメンボトム3着でOK! 師走のベストコーデ20days×2

102 時代のミューズが、悩める読者を導く! おしゃれ人生相談 梨花のアンサー

226 MOREスペシャル妄想シアター 相葉雅紀くんとふたり暮らし♥ 週末の朝、目覚めたら……

hudie.com
慧美网 vimee.net

xclusively in Louis Vuitton stores. Tel.03-3478-2100 www.louisvuitton.com

LOUIS VUITTON

hudie.com

MORE 1 2010

JANUARY CONTENTS／2

FASHION

特別付録2　特別プレゼントつき
2009年、頑張った私に最高の輝き!
星降る夜の ごほうびジュエリー

009 Special Scoop!
玲奈、髪を切りました!

112 毎日いいこと起こりそう!
風水OK!「ラッキー財布」で 新年をスタート!

134 答えはこの60着!
真冬のヒットコート 甘OR辛 さぁどっち?

154 彼も、上司も、お局も、み～んな言いたい放題!
年末年始のイベントコーデ あり?なし? 本音でジャッジ!

188 世界中のファッショニスタが集まった!
UNIQLOパリ オペラ店 オープン騒動記

232 *NON STOP!* 安リッチ431 3
GET MORE! **めっちゃ使える! すぐ買える! 「安リッチ」服通販**

BEAUTY

166 恐怖! そのひとスジが美しさの命とり!
「シワ」から始める、必勝! エイジングケア

178 編んだり、盛ったり、ゆるめたり――達人ヘアが花盛り!
みんなプロ級! 街のHITヘアアレンジ緊急速報!

194 目ヂカラ王子　森ユキオさん秘伝
小盛り・中盛り・大盛り――いつもの目もとを豪華にアップデート
"盛りアイメイク"で ゴージャスなデカ目

206 らくらく3stepで、指先、"大人スイート"
聖夜にきらめく!! 真冬のプリンセスネイル

HUMAN & LIVING

220 MOREランニング部が大集合
みんなで皇居RUNしました!

239 サインが見えてからでは遅すぎる!?
そろそろ本気で……
老けないカラダ!

255 2009年、みんなが買った! 注目した!
発表! MORE版 メガヒット番付!

260 お悩み解決ライブラリー
本のコンシェルジュがぴったりの一冊をセレクト!
「お薬BOOK」がココロに効く!

264 夜道、玄関、窓の外……実はあなたはスキだらけ!
どうしよう!? の危険回避ナビ

275 せいろがなくてもできちゃう!
ほかほか♥蒸しレシピ

016 好評連載 **二宮和也のIt[一途(イット)]**

230 **極上男子DICTIONARY**
小池徹平

284 **居酒屋はまじへいらっしゃい!**
本日のお客様 **ベッキーさん**

282 **酒井順子「この齢だった!」**
第7回 **鳩山 幸** 66歳

011 新連載 モデル ポダブル! vol.1 竹下玲奈 ナオ
013 人気スタイリスト 旬のネタ帳
215 新連載 山本浩未×篠田麻里子 あの手この手で3倍デカ目project!
217 新連載 美のカリスマ・IKKOのビューティ極め道12か月
290 あなたとつくる読者のページ Re:MORE リモア
233 新連載 イラストレーター 進藤やす子の「さすらいの恋愛修業道!」
254 新連載 みうらじゅんのうしろメタファー
281 ー10キロヤセてみせます! 編集モチコのガチンコダイエット
286 エンタメEXPRESS
People TAKAHIRO(EXILE)・黒木メイサ／Cinema／Music
Stage 荒川良々／Books
291 Hits!Hits!Hits!
Precious／Fashion／Beauty／Life

106 カルティエとともに過ごす、ハートウォームなクリスマス　Cartier Christmas Book
124 12月は最新「コーチ」で盛り上がれ!
149 NBB Channel vol.4　ファーつきダウンコート
150 トレンド満載ローリーズファームで冬のラスト買い!
160 エクラ・ドゥ・アルページュが紡ぐ至福のSTORY
162 ますます進化!　KLEIN+の「ほの甘」フェミニン
164 たちまちピュア肌♡優秀ベース
170 ほおの毛穴 ハリのなさ　暗い目もとに「レチノバイタル」の力を!
172 玲奈カジ★冬の足もとレシピ
174 しっとりぷるぷる肌に必要なのは肌でとるコラーゲン!
186 キレイの秘密は毎日の睡眠から!
192 エステ並みの美肌&小顔ケアをおうちで!
204 魅惑のまなざし――やさしく・強く・美しく
212 どっちがタイプ?　ふんわり"赤ちゃん肌"&しっとり"レディ肌"
219 毎日のうる肌は、「ディセンシア」で!
222 「ニューバランス」でNAHAマラソンにチャレンジ!
224 つら～いパンパン脚をスッキリ!!

302 ルネ・ヴァン・ダール・ワタナベの西洋占星術
268 年間定期購読のご案内
270 アンケート懸賞
301 モア2月号のお知らせ
268 SHOP LIST
この号の掲載製品のお問い合わせ先

アートディレクター●田中弘之
本文レイアウト●新井妙子　園木　彩　田中弘之
成定秀子　水野奈緒子　矢吹和美（50音順）

印刷●大日本印刷株式会社

©集英社　2009
本誌掲載の記事・写真等の無断複写・複製・転載を禁じます
●本誌内の掲載商品の価格は、すべて消費税を含む総額表示です。

読者のみなさまへ
最近、「雑誌モアにアンケート業務(も
はモデルスカウト)を委託された」と名乗っ
話でのアンケート調査や街頭での写真撮
しようとするケースがありますが、モア編集
は電話でのアンケート調査や街頭でのモ
勧誘はいっさい行っておりません。そのよう
合は応対せず、編集部までお電話にて
絡くださいますようお願いいたします。

アプリケーションで、あなたらしいコーディネーション。

Stylish Girl

無料・気に入った服を見つけても、手持ちの服に合うかどうかは、悩むところ。
でもこれからは、持っている服のデータをiPhoneに取り込んでおけば、
いつでもどこでも自由にコーディネートを試すことができます。
さらに、欲しいものリストも作成できるので、買物を今まで以上に簡単に楽しめます。

Style.com

無料・いつでもどこでも、海外の最新ファッション情報を手に入れよう。
iPhoneさえあれば、そこがファッションショーのフロントロウに早変わり。
有名デザイナーによる最新コレクションから、ショー映像やファッションブログまで。
ファッショニスタも満足できる充実した内容です。

iBags

無料・何個持っていても、また欲しくなってしまうのがバッグ。
そんなバッグが大好きなあなたに、おすすめのアプリケーションです。
ブランドごとの最新ラインナップを検索できるのはもちろん、「クラッチ」「トート」
「ショルダー」など、様々な形から好きなバッグを見つけることができます。

aBeauty Pro

¥115・iPhoneを使って、いつでもどこでも新しいメイクを気軽に楽しめます。
カメラで撮った自分の顔写真にアイシャドウや口紅、チークやカラーコンタクトまで、
好きな色を自由にシミュレーションすることが可能。
さあ、iPhoneで新しい自分を見つけよう。

ヨガストレッチ

¥115・カラダを動かして、内面からの美しさも手に入れましょう。
60以上のヨガポーズを、自分で設定した時間配分と音声ガイド付きで
楽しむことができます。あなただけのインストラクターと一緒に、
美しさに磨きをかけましょう。

流行にキャッチアップしたい？メイクアップを上達したい？それともシェイプアップしたい？iPhoneのApp Storeには、
すべてを叶える85,000以上のアプリケーションが勢ぞろい。アプリケーションを手に入れるたびに、あなたのiPhoneは進化しつづけるのです。

SoftBank | iPhone 3GS

Apple Inc. All rights reserved. 詳しくは 0120-993-993 または apple.com/jp まで。アプリケーションは別売りです。アプリケーションの提供および価格は予告なく変更する場合があります。iPhone商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。

Special Scoop!
玲奈、髪を切りました!

ふわっふわのミディアムボブに劇的ヘアチェン!
フレッシュに生まれ変わった玲奈を直撃!

「さっぱりすっきり♡HAPPYな気分だよ!」

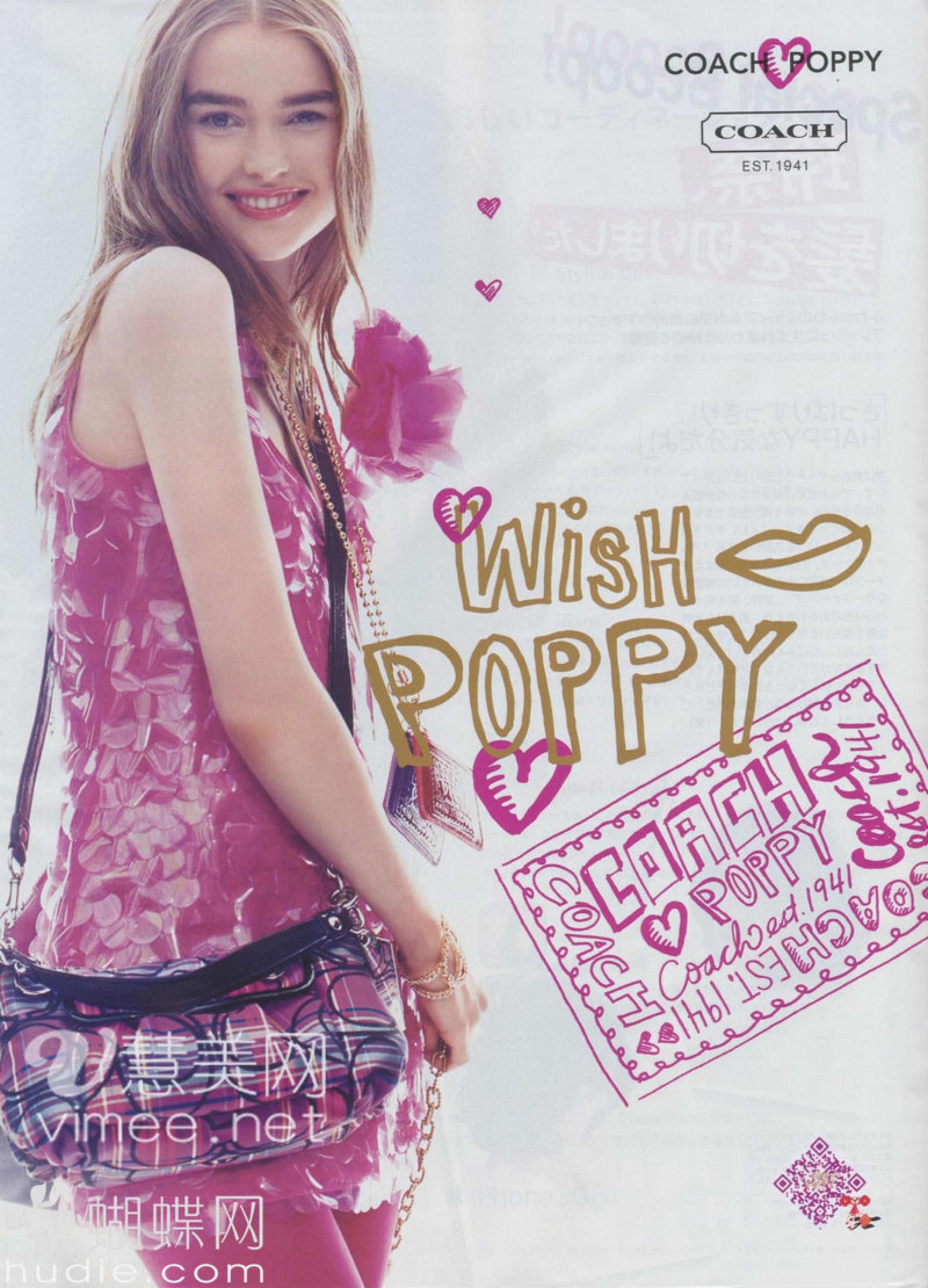
実は前からずーーっと切りたいと思っていて。でもお仕事の都合でなかなか機会がなかったの。でも今回、たまたまチャンスがめぐってきて、「よし、今だ！」って（笑）。いつもお願いしてる「アルティファータ」のCHIKAちゃんに伝えたイメージは"外国の女の子みたいな無造作なサーファーボブ"。実際、髪を切ってからは色のあるものとか、前よりも元気な服を着たいと思うように♪　やっと切ったんだし、しばらくはちょいちょい改良を加えながらいろんなヘアを楽んでいくつもり。新しくなった玲奈ヘアともども、みなさま変わらぬご愛顧のほど、どうぞよろしくお願いいたします！（笑）

ふわふわ動く無造作な質感で、360度女らしく

カーディガン¥15750／スナイデル　ハートネックレス¥39900／アーカー　神南本店（アーカー　ブラン）　LOVEネックレス¥143850／アーカー　クチュール　メゾン（ヴィヴィアン　クチュール）

撮影／藤岡ももこ　ヘア＆メイク／清水美知　モデル／竹下玲奈　スタイリスト／丸尾朋世

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com



慧美网 vimeo.net
蝴蝶网 hudie.com

hudie.com

モデルボダブル！誌上ブログリレー

Modelupo

第1回は玲奈ちゃん&ナオちゃんが登場。
ハッピーオーラ満点なふたりの日常を大公開!
vol.1

ナオ

チャレンジ精神旺盛なナオちゃん。モデルはもちろん商品開発も手がける、充実度満点な毎日をリポート！

竹下玲奈

素敵な笑顔でみんなを魅了する玲奈ちゃん。その"笑顔の素"となる、ハッピーな毎日をのぞき見したよ！

10/3 仲よしモデルズとごはん会♪

右の写真はモデルのAYUMIちゃんとランチ&ガールズトークした時のもの。左は10年来のモデル仲間の佐藤弥生ちゃんとおでんを食べにいった時にパチリ。おしゃべりが楽しいから、ごはんのおいしさも倍増です♪

10/11 デザイナー・ナオも活躍中!

「ワールド」さんとコラボして、ライダースジャケットとボーダーニットワンピを作りました。（■http://www.bloomingmarket.com/）。下は私のバッグブランド「mani e nao」の新作打ち合わせ風景。でき上がりが楽しみ！

10/18 宇都宮へ小トリップ!

オフの日に東武ワールドスクウェアへ遊びにいきました。本物さながらの模型たち！世界旅行をしている気分になれました。左下は入口でやっていた鬼怒川温泉餃子祭りでゲットしたギョーザの写真。おいしかったよ～

10/21 サプライズで誕生日をお祝い!

カメラマン最上さんのお誕生日を、みんなでこっそり準備してお祝いしました。すごく喜んでもらえて、私までハッピー気分に♪
モデルのNORIKOちゃんから青森みやげの南部せんべいをもらいました。ハマる味です

vimee.net

8/21 かわいいものたちに癒されてます♡

愛犬のきなこと葛西臨海公園にピクニックに行ってきたよ。潮風が気持ちよくて、のんびりリラックスできました
大好きな雑貨屋「カーリーコレクション」のプレスルームにお邪魔しました。かわいいインテリアを思わずパチリ

10/2 福岡旅行で大ハシャギ!

少し長めのオフをもらって親友のいる福岡へ旅行をしてきました。お祭りに参加したり、おしゃれなイタリアンでディナーしたり楽しかった～。右の写真は夜中にアフリカンバーで踊っている玲奈。はしゃぎすぎて思わずピース！

10/12 弾丸!お伊勢参りへ

朝、急に友達に誘われて伊勢へ。初めて行ったけど夕日も空気もきれいで感動！またゆっくり行きたいな。右下はその日の夜、東京に戻ってきて妹・加奈の誕生日をお祝いしているところ。われながらハードな一日でした(笑)

9/25 お仕事中でも楽しくがモットー

モアおなじみのEmi、咲実、ナオ、仲よし4人組で。左下はショー出演の時にみんなで記念撮影。ライブ感を楽しめるショーのお仕事も大好き！
前回の「おしゃレナクロゼット」の撮影でのひとコマ。ちょっとガーリーな玲奈です

モアモデルの往復書簡

ナオから玲奈へ

最近はまっている食べ物を教えて!

ぶどうと牛タン！　ぶどうはおみやげにいただいて毎日食べてます。タンは恵比寿横丁の焼肉屋さんのものが絶品！

玲奈からナオへ

いつもリラックスしていられる秘訣は?

よく食べ、よく眠り、よくしゃべること！　この3つに限ります。あまり無理せず、いつも楽しくが私のモットーです

Your Name
Aya
Noriko
Mayu
Ayumi
Yuki
New Color
New Color
選べるキャラクターモチーフ101種類！
My Disney Mobile キャンペーン
DM004SHの購入を伴う新規ご契約で、お好きなキャラクターモチーフ+あなたのネームをいれたオリジナルバッテリーカバーをプレゼント。09年11月6日-10年1月11日
Disney mobile
※本キャンペーンには適用条件がございます。応募条件等、キャンペーンに関する詳細は店頭設置のキャンペーンチラシもしくは店頭スタッフまでご確認ください。カバーのデザイン・カラーはイメージで実際とは異なる場合があります。※キャンペーンのお申し込みには別途Disneyベーシックパック(315円(税込／月))へのご加入が必要です。※別途指定の申し込み期間内にキャンペーンサイトよりお申し込みが必要です。※バッテリーカバーは、お申し込みが完了した後日に郵送にてお届けいたします。©Disney Based on the "Winnie the Pooh" works, by A.A.Milne and E.H.Shepard. ©Disney
詳しくはこちらにアクセス
http://dimb.jp/bcc/

蝴蝶网 hudie.com

人気スタイリスト 旬のネタ帳 vol.37

イベントラッシュな12月は、おしゃれNEWSも盛りだくさん! 見逃せない新ネタをお届け。

撮影/坂田幸一 スタイリスト/石上美津江

今月のスタイリスト
石上美津江さん

トレンドのさじ加減が絶妙な等身大コーデが読者から大人気。11月に行ったパリ旅行ではお買物を満喫したそう

今月の自腹買い

➡今季必須のショートブーツ、絶対買わなきゃと選んだのは「マーク ジェイコブス」のもの。シンプルなデザインで、どんな服にでも合わせられそう!

1

2

洗練ベーシックブランド『グリード』から登場です!

6

5

4

冬のマリンがかわいい、スペシャルワンピに夢中!

9

フラット好きの私にはたまらない、限定品♡

8

7

1. パーティーにぴったり! 「パピヨネ」の限定アクセ

天然石を使ったアクセサリーは、クリスマスだけの特別デザイン。ドレスアップして、パーティーの主役をゲットして。ネックレス¥6090・ブレスレット¥7140/パピヨネ銀座店

2. 「バナー バレット」の新店が続々オープン

11/14に心斎橋店、11/27に池袋店が誕生。オープン限定品は一枚でも重ね着してもかわいい、ボーダーワンピ。ワンピース各¥18900/ブティック トレイズ(バナー バレット)

3. ベーシック好きにオススメの新ブランド

豊富なサイズ展開・肌ざわりにこだわったアイテムが話題。コート¥4■090・Tシャツ¥8190・パンツ¥1449■・靴¥50190/グリード 渋谷店(ベッド アンド ブレックファスト)

4. スウェット&レースのキュートなコラボワンピ

まるでコーデしてるみたいな「ミュベール」と「アクアガール」のコラボワンピ。キラッと光るスパンコールがポイント。ワンピース¥37800/アクアガール代官山(ミュベール)

5. クリスマス限定の輝き。定番バッグが大変身!

「トフ&ロードストーン」の人気バッグに、旬のスパンコールをトッピング。限定発売だから急いで。バッグ各¥34650/ガリャルダガランテ 表参道店(トフ&ロードストーン)

6. 大人気「アバクロ」が、待ちに待った日本上陸!

12/15、銀座6丁目にアジア第1号店がオープン。カーディガン$80・タンクトップ$19.50・ジーンズ$9■・ベルト$48(すべて参考価格)/アバクロンビー&フィッチ 銀座店

●$1=¥91.41(10月末日現在)

7. コラボ&2WAYでお得! 「シンゾーン」のダウン

恵比寿の大人気セレクトショップとコラボ。袖を取ると、ベストとしても着られる。ジャケット¥31500/シンゾーン 表参道(スタンダード カリフォルニア×シンゾーン)

8. 「Gap」が原宿駅前に! 新名所が11/7オープン

大注目の新しい旗艦店「Gapフラッグシップ原宿」が誕生。「ピエール アルディ」とのコラボブーツはここだけの限定発売。コート¥16800・シャツ¥7800・靴¥34000/Gap原宿

9. ブランド15周年記念の特別なフラットパンプス

星スタッズ&パテントレザーがキュート。「15th Anniversary」のスペシャルインソールも注目。靴各¥13650/フリーズ ショップ(ジェフリー キャンベル×フリーズ ショップ)

慧美网 vimee.net

MAQuillAGE
MAQuillAGE
見せつけたい。ダイヤのきらめき。冬の新ルージュ、誕生。
想像してください。どこまでも透明でありながら、繊細な輝きを放つダイヤモンドを。
でもそれは、あなたの唇。上質な仕上がりに、だれもが目を奪われる。とろけるような
光をまとう、ふっくらとした立体感。マキアージュのMの法則は、あなた自身を宝石にする。
シャイニージェリールージュ　6色　新発売
高純度な光の粒が、まつ毛に
見え隠れするマスカラ。
フルビジョン マスカラ ブリリアントグリッター　2色　新発売
贅沢な色と光沢で指先を印象づける、
立体美形ネール。
ブリリアントグリッター ネールカラー　6色　新発売
www.shiseido.co.jp/mq/　もっと詳しいメーキャップ情報はこちらへ！
慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

SHISEIDO
蝴蝶网
hudie.com
世界一やわらかいダイヤ。
慧美网
vimee.net

二宮和也のIt［一途（イット）］

これまで歩んできた二宮和也の一途（いっと）は、自分で選んだわけではないという。それは、ニノが一途（いちず）に信じる人やモノから切り開かれた——。

取材・文／芳麗　撮影／江森康之
ヘア&メイク／服部幸雄　スタイリスト／伊賀大介（KiKi inc.）

第13回
誰かのために

10月のある休日。ニノは街へケーキを買いにいった。色とりどりのフルーツがたっぷりのホールケーキで、中央には〝Ｈａｐｐｙ　Ｂｉｒｔｈｄａｙ〟のプレートをのせて——。

「その日はウチのオフクロの誕生日だったから家族で食べようと思って。でも、オレ、変装もせずにバレバレだったからさ。お店の人に『プレートに描くお名前は？』って聞かれて、思わず『名前はいいです』って。だって、こんなシチュエーションで母ちゃんの名前は言えないでしょ(笑)。急に恥ずかしくなって、ロウソクももらわずに出てきちゃった。それでも、持ってったらすごく喜んでくれて、『あんたがこんなことしてくれるの初めてね』って。おかしいな、毎年祝ってるつもりだったけどって思いながらも否定せずにいた。だって、せっかくの誕生日だからね」

〝記念日〟を大切にしているなんて、なんとなく意外な話だった。嵐のデビュー10周年すら、「本人的には単

「仕事や恋愛における記念日はどうでもいいの。〝つきあった記念日〟とか、テレビ番組の総集編みたいなものでしょ。ふたりの歴史を振り返って『これからもよろしく』ってことだろうけど、本当はレギュラー放送が大事だもん。ただ、誕生日とか個人的なことは特別かなって。せっかくだからお祝いしたいと思う。逆に自分が祝われるのは嫌いだけどね。盛大な誕生日会を開いてもらっても困る！　気恥ずかしいし、なんだか申し訳なくもあって。そういう時って、オレ、〝ありがとう〟より〝すいません〟って思っちゃう……。もともと主役願望が薄いからだろうね」

自分のために何かをしてもらうよりも、他人のために何かをするほうが性に合っているという。

「でも、それは〝いい人〟だからじゃない。正直、オレはいい人になりたいわけじゃなくて、いい人に見られたいだけ（笑）。だから、外で会

だし、親切にしようと心がけてるし。この間も、友達4人とご飯食べてる時に携帯電話を拾ったの。みんなは、『交番に届けよう』って言ってたけど、オレは、『すぐかかってくるだろうから、待っていて直接届けようよ』って。実際、そのとおりにしたら、すごく喜ばれてよかったなって。でも、それは優しさじゃなくて、そういう細かい配慮ができた自分が好きなだけ（笑）。つまりね、オレは偽善者なんだと思う。だって、外ではいい人だけど、内では全然愛想もよくない、悪いヤツだから（笑）」

たぶん、それはニノだけじゃない。世の中のたいていの〝いいこと〟は、〝自分のため〟に行われている、ある種の偽善なのかもしれない。

「エコとかもそうだよね。地球のためにって言いながら最終的には自分のためのエゴでしょ。オレはケチだから、はやる前からずっと当然のようにエコを実践してた。限界まで同

灯だけで過ごすとか（笑）。エコバッグだって昔から使ってたし。そんな当たり前のことを、さも素晴らしいことのように語るのはどうだろう」

死ぬまで自分はまだまだと思いながら生きていたい

「ただ、何をするにも最初から〝自分のために〟と思うと興味がうせる。〝誰かのために〟と思うのがモチベーションになるんだろうね。自分のためには頑張れなくても、他人のためなら頑張れるのって、あるでしょ」

そういえば、ニノは自分で仕事を選ばない。「選べても選ぼうと思わない」と言う。それは他人に必要とされるありがたさを知っているから。

「実際、他人の力をもらって生きてきたって実感しているから。オレ、これまでの人生、自分の素質とか実力って2割程度しか使ってこなかったと思う。あとの8割は人に助けられながら生きてきた。オレってみん

だから、ツッコミ体質なんだろうし。周りに動かされることで、可能性が広がったり、自分が生かされてきたから。自分より、誰かのためにって自然と思うよね。そう思わせてくれる出会いもたくさんあった。スタッフや共演者との出会い運はハンパじゃなくいいからさ。オレに才能があるとしたら出会い運じゃないかなぁ。自分の力を10割出さないのは、欲張りなのもあると思う。10割を出した結果をまだ見たくないっていうか。10割出して金メダルもらえても満足したくない。死ぬまでオレはまだまだだって思いながら生きていたい。だから、〝誰かのために〟生きるし、能力8割なのかもね。……そうか、それも、結局、オレのエゴか（笑）」

本連載も一周年を迎えて、二年目に突入。「この連載もきっと誰かのためになっているよ」。そう言うと、ちょっぴり恥ずかしそうに笑った。

「一年って早い！　でもさ、なんでも

ユーズドジャケット￥5880・ユーズドパンツ￥3990・ユーズドブーツ￥8925／サンタモニカ渋谷店　その他／スタイリスト私物

蝴蝶网 hudie.com
vimeet.net

自分のためより、誰かのために
生きたい。でも、それは
優しさじゃなくてエゴだと思う

vimee.net

Kazunari Ninomiya

1983年6月17日、東京都生まれ。嵐のシングル「マイガール」がヒット中。「ひみつの嵐ちゃん！」にて明石家さんまさんと共演を果たした感想を聞くと、「面白かったよ！」とニヤリ。「さんまさんの頭の中では、"翔くんと潤くん"がイケメンチーム、"リーダーと相葉ちゃんとオレ"がそうじゃないチームって分けていて、そこで笑いに持っていってた。なんでかな？　オレたちだってオレたちなりにイケメンのつもりなんだけどね！　いつもそういう扱いにはならないの(笑)」

hudie.com

N°5
N°5
CHANEL
PARIS
PARFUM
蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

ルズ11（イレブン）」の時代です！

どこよりもおしゃれで可愛くて、どこよりも華やかな、MOREが誇るモデル陣が新年号で初めての全員集合！
「モアモデルズ・イレブン」と命名したこの超豪華メンバーで2010年も突っ走ります！　ご期待ください!!

落合恭子
いつも天真爛漫、元気でハッピー!!

田中美保
“辛カワ”という新ジャンルを確立！

加藤夏希
夏希フェミニン、ファン急増中!!

山田みお
親しみやすさピカイチ“等身大”の魅力！

竹下玲奈
ますます進化するMOREのミューズ

ナオ
キャラと笑顔でモデルイチの人気者

恭子●ワンピース¥4990／H&M　ヘネス・アンド・マウリッツ・ジャパン（H&M）　靴¥24150／ビバ・サーカス（ハーズ）　ストール¥4830／ローズ　バッド（アール　ケー）　ネックレス¥7350／プラッシュ&ラッシュ

みお●ワンピース¥26250／ジル　スチュアート　靴¥15750／ナノ・ユニバース　難波（セントレ　アマラント）　カチューシャ¥5145／ランゲージ六本木ヒルズ店

美保●ワンピース¥10290／ビームス　タイム（オキラク）　スカート¥7980／ローズ　バッド　靴¥23100／ウヴラージュ　クラス（ダブル　アンド　エム）　ブレスレット¥1290／H&M　ヘネス・アンド・マウリッツ・ジャパン（H&M）

玲奈●ワンピース¥38850／シェル（カイト　アンド　バタフライ）　靴¥131250／ビームス　タイム（マノロ　ブラニク）　ファーショール¥35700／クルーン　ア　ソング　銀座マロニエゲート（ジュヌヴィエーヴ）　ネックレス¥38850／ビューティ&ユース　ユナイテッドアローズ　渋谷公園通り店（マジョラム）

夏希●ワンピース¥5985／オンワード樫山（ローズブリット）　靴¥115500／アングローバル　ショップ　表参道（サルトル）　バッグ¥10290／フリーズ　ショップ（フリーズ　フレイズ）　ロザリオネックレス¥8190／ブティック　トレイズ（バナー　バレット）　パールネックレス¥7875／インターナショナルギャラリー　ビームス（ビービーアール）　タイツ／スタイリスト私物

ナオ●ワンピース¥18900／ユナイテッドアローズ　銀座店（カオン）　靴¥16800／ミニマム（ミニマム　ミニマム）　ピアス¥2310／ビューティ&ユース　ユナイテッドアローズ　渋谷公園通り店　ストール¥24990／シェル（フルーツ　ケイク）　ブレスレット¥3780／ローズ　バッド（アレックスアンドアニ）　タイツ／スタイリスト私物

掲載製品の問い合わせ先リストは　P268

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

史上最強の"スター軍団"結成！
2010年は「モアモデ

比留川游
誰もが見とれる無敵の可愛さ♡

木下ココ
今月号から登場！11人目の最終兵器

篠田麻里子
アイドル級の存在感

大屋夏南
抜群のスタイルと抜群のセンスで魅了

紗耶
姫のようなルックスで中身は超楽しい！

游●ワンピース¥3[illegible]/オープニングセレモニープレスルーム 靴[illegible]/546.JO/フライ(メイド イン ヘブン) ネックレス¥7140/ナノ・ユニバース 東京(ル フテ) バングル¥7[illegible]/LA☆CELEB(House of Harlow [illegible]) タイツ[illegible]

撮影/[illegible](游・[illegible]・[illegible]・[illegible]分) [illegible]元一(恭子・[illegible]・麻里子・夏南分) [illegible] [illegible]耶・ココ分) [illegible]&メイク/[illegible](NEWS) 川添カユミ(ヌーデ/紗耶分) 犬木 愛(アージェ/ココ分) スタイリスト/松野[illegible]

ココ●ワンピース¥11550/ドラスティック(ライザ) 靴¥9990/H&M ヘネス・アンド・マウリッツ・ジャパン(H&M) 髪につけたブローチ各¥1995/ランゲージ六本木ヒルズ店 ネックレス¥3675/デイシー代官山店 タイツ/スタイリスト私物

夏南●ワンピース¥37800/オープニングセレモニープレスルーム 靴¥50400/GDC TOKYO(ボニー スプリングス) ネックレス¥6300/デイシー代官山店 ブレスレット¥799/H&M ヘネス・アンド・マウリッツ・ジャパン(H&M)

麻里子●ワンピース¥30450/クルーン ア ソング 渋谷パルコパート1店(フラミューム) 靴¥7875/ ビームス タイム(センソウ) ベレー帽¥4725/ ンサンス ラフィネ新丸ビル店 ネックレス¥1575 /ブティック トレイズ(バナー バレット) レギ ンス¥10500/ハリウッド ランチ マーケット(フリー ピープル)

紗耶●ワンピース¥51450/ラ・グラン アクアガール 青山(タケシイエナガ) 靴¥24150/マイ ダルタニ アン ストール(カーディガンとセット)¥12800/ モーク バイ ランゲージ原宿店 ブレスレット¥5 50/シャンデリエ 渋谷

慧美网 vimeo.net hudie.com

クールで、ココロも深い
ライダースって大人です

…日はレザージャケット×ロングワンピの"ゆる"ロック。…ビには"永遠の恋人"と公言する「コンバース」も一緒。…ゾン¥71400／ナイチチ（トゥエンティエイトトゥエルブ）…ピース¥18900・タンクトップ¥8190／NINE 青山 靴¥63…ジャンティーク バッグ¥29400／クライ ピアス¥17850／…ーズィエム クラス福岡店 サングラス¥4830／ブラッシ…ラッシュ ネックレス¥28350／フリーズ ショップ

…目惚れした"イケメン"たち♡

玲奈を直撃! 「もっと紹介して!」

➡レザーやロックTをお買い上げ。「甘くて可愛いだけじゃもの足りなくて……」と熱愛を認めた。「ライダースはベストにも浮気中♡」。（右）ライダースベスト¥71400／…ーズ・エム クラス… [illegible] カート¥29… [illegible] ウーズ… [illegible]（左）Tシャツ¥10500／アンドマーカス（インパクティス ケリー）

蝴蝶网 hudie.com

…でも一度ハマると長いんです（笑）」と一途ぶりもアピー…ゆる〜いムードを醸しだすマ…丈との穏やかな関係は続行中。…レースロングスカート¥25…ジャンティーク （左）ドッ…ングワンピース¥39900／GDC…ロ（ポニー スプリングス）

ロングワンピとは深〜い仲（笑）

…れの靴ブランド「ジュゼッペ ザノッティ デザイン」に告白!…ットもヒールも両方好き♡」。…ットシューズ¥79800・スタッ…ンプス¥89250／ユナイテッド…ーズ 原宿本店 ウィメンズ…ジュゼッペ ザノッティ デ…ン）

靴ならこの人しかいません!

ロックTにロックなタイツ。
この冬の本命、発覚!!

竹下玲奈×ロックアイテム
大人気モデルのお相手はモテモテのニュースター♥♥

MOREのミューズを射止めたのはブレイク中の人気モノ!
しかも「毎日一緒」なほどラブラブらしい……!?

11月下旬、某スタジオから出てきた竹下玲奈（27歳）。身を包むのはチェックタイツ×ニーハイブーツという、目下大ブレイク中のロックな着こなしだ。「クールで、でも可愛いトコロもあるの♡」と、彼女のほうがメロメロというこのコンビ、実にお似合いなのである。カーディガン¥40950（オープニングセレモニー）・Tシャツ¥6825（ジャンク フード）／フリーズ ショップ スカート¥19950／アンドマーカス（インパクティス ケリー） 靴¥29400・キャスケット¥5040／ジャンティーク タイツ¥4200／クライ（メイド イン ヘヴン）

撮影／石沢義人（製品） 撮影協力／タブローズ 日流ワールドデリカテッセン シンゾーン 表参道

慧美网 vimee.net

「トレンド」熱愛SCOOP!

…日も奔走中。みんなの憧れミューズから初登場の新星まで、真冬の決定的に"可愛い"瞬間、11連発だ!

蝴蝶网
hudie.com

加藤夏希×フェミ80's
独占! ハジける一部始終

多忙なドラマ撮影の合間の、ゴキゲンな素顔!
夏希流80'sでキメた夜をMOREだけが見ていた!

キラニットとチュールスカート。
"華"がなきゃ意味がない!

オハコの服×歌、セットリスト公開!

09:00PM

➡オープニングは「夜桜お七」♪ キラキラやふわふわファーは欠かせない。
ジャケット¥33600/アメリカンラグ シー銀座マロニエゲート店 タンクトップ¥16800/シンゾーン 表参道 パンツ¥18690/バビロン 靴¥42000/クライ バッグ¥25200/ローズ バッド ファーマフラー¥6825/アバートバイローリーズ バングル¥10500/アンビデックス(グローバル リズム エッセンス)

キラキラタンクにファー。
フェミリッチに宴が始まる!

ツイードとパール。なのに
とんだレディです(笑)

02:00AM

⬅「『残酷な天使のテーゼ』は正直、もう聞き飽きた感が(笑)」(夏希の知人) 最後はフレンチ女優みたいなレディな着こなしで、夢の中へと消えていった……。
ジャケット¥13650/マーキュリーリュクス(マーキュリーデュオ) シャツ¥12390/バビロン スカート¥18900/マイ ダルタニアン 靴¥71400/アクアガール新宿(アナザ) ネックレス¥7980/オンワード樫山(ローズ ブリット) タイツ/スタイリスト私物

11:00PM

シックなモノトーンでもこの華やかさ、さすがは加藤夏希(24歳)! 早着替えしたスパンコールつきニット&ふんわりチュールスカートで2曲目は「小さい秋見つけた」♪
ニット¥12390/フリーズ ショップ(フリーズ フレイズ) スカート¥6930/オンワード樫山(ローズ ブリット) 靴¥33600/ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館(ピッピ) ネックレス¥18900/インターナショナル ギャラリー ビームス(イー エム)

魅美网
yimee.net

㊙プライベートファッションをパパラッチ★

「モアモデルズ11(イレブン)×冬

大人気モデルがどっぷりハマるアイテムって!? 夢中になってるスタイルって!? そんな「おしゃれスクープ」を求めてMORE

蝴蝶网
hudie.com

東京・代官山のカフェで楽
話す比留川游(22歳)。『こ
……のう言っぱっかり……
ガン¥59850／ハリウッド
ミ マーケット(キャロリ
ア) Tシャツ¥19950・靴
／アンドマーカス スカー
0／モロコバー ルミネ新
ディスコバレー) カチュ
¥5195／クルーン ア ソ
グレスルーム(ジュヌヴィ
サングラス¥4500／LA
(Joyrich)

お相手は、MOREの"ボーイ
デニム☆クイーン" 田中
歳) だったから驚き! モ
しの"辛カワ"な着こなし
この冬ももちろん健在らしい。
ット¥91350／インターナシ
ギャラリー ビームス(ア
ンダー ワン) Tシャツ
k3 OFFICE(チーブ マンデ
ーンズ¥28350／フリーズ
ップ(カレント エリオッ
¥33600／ユナイテッドア
原宿本店 ウィメンズ館
) マフラー(銀座店以
舗で展開中)¥1790／H&M
ス・アンド・マウリッツ・
(H&M DIVIDED)

田中美保&比留川游×ゆる可愛
ほろ酔い♥ガールズデート現場!!

ホント!? 噂のカップルが真っ昼間のガールズトーク。
しかも揃って旬の"ゆる可愛"だから目が離せない——。

ゆるデニムで"誰より似合う"と評判のカンパ～イ♪

ビッグカーデにゆるTシャツ。で、このビッグスマイル!

小物も!?

ール&ゴツめブーツ」まで一緒!!
ストール¥4200／k3 OFFICE(チーブ
) シープスキンブーツ¥36000／LA
(koolaburra) [美保] チェックスト
045／ブラッシュ&ラッシュ エンジ
ーツ¥36000／LA☆CELEB(FRYE)

➡美保はケミカル、游はスタッズ。
辛口ミニには「シンプルなニット
やカットソーを合わせるつもり♡」
と口を揃え、"将来のプラン"ま
で話し合ってるってこと!?
[游] スカート¥29400／NINE 青山
[美保] スカート¥14700／アクア
代官山(グランドマザー)

スカートも!?

パーカも!?

➡"ゆる可愛"には欠かせないパーカは、仲よくインパクト勝負! 美保はライダース型、游はレオパード柄。[游] パーカ¥50400／アンドマーカス(インパクティス ケリー) [美保] パーカ¥31500／ビューティ&ユース ユナイテッドアローズ 渋谷公園通り店(トーガ)

ふたりを直撃!
"服もおそろ"疑惑

➡美保はストールつきカットソー、游はピーコートで黒。「"黒仲間"はほかにもたくさんいますよ～(笑)」(美保)と、本誌の……をかわしつつも、おしゃれ感は隠せない。[美保] カットソー¥37674／ナノ・ユニバース 名古屋(リム アロダキー) [游] コート¥29900／GDC TOKYO

黒も!?

慧美网
vimee.net

ロック好きがつないだ縁?
本命は『グリフォン』だ!

時刻表を片手に、遠くへ思いをはせる様子の紗耶（22歳）を発見！本命と噂される「グリフォン」は、ロックなスタッズ使いで彼女の心をつかんだと関係者は語る。本格的に日本に上陸し「前より会えるようになった」とご機嫌に。ワンピース¥61950 … 代官山 … フォン） … ¥7… ／ フライ（… ヘア … 靴¥80850 … エ … （シー ハイ … イヤリング¥12600／ナバアサ … 渋谷パルコ店 … ／ラ・ソラン … ／アクアガール代官山 タイツ／スタイリスト私物

蝴蝶网
hudie.com

シャツの裾にはチュールでくるんだチェーン、ワンピの裾には繊細なチェーンのフリンジ。細かいとこまで行き届いてる感じ、紗耶じゃなくてもホレちゃいそうです♡ （右）チェックシャツ¥45150・（左）ワンピース¥44100／アクアガール代官山（グリフォン）

紗耶×N.Y.ブランド
話題のデザイナーと遠距離恋愛!?

お相手は、海の向こうの次世代スター。
"最近は日本でも会える♡"とお喜びらしい!?

パッと見はシンプル、でも実は背中は大きくあいてます。「やっぱりギャップに弱いよね～」なんて本人は乙女発言。¥37800／ユナイテッドアローズ 銀座店（アレキサンダー ワン）

『アレキサンダー ワン』とは
この冬も離れがたい仲!?

出会いは彼のデビュー当時。大ブレイクした今だって変わらずラブラブ♡ で、シルエットも美しいシフォンスカートをゲット！スカート¥57750／インターナショナルギャラリー ビームス（アレキサンダー ワン） レザージャケット¥55965／ナノ・ユニバース 東京（バークタンネイジ） タンクトップ¥18900／クライ（テカ） 靴¥61950／アメリカンラグ シーファー帽子¥7875／アングローバル ショップ 表参道（キレンカ）／スタイリスト私物

プリーツの揺れ感やパフスリーブ。"可愛いところもあるからほっとけない"が女ゴコロ。こちらも、ウエアは今シーズン本格上陸。遠距離恋愛、ついに解消!? （右から）ベルト¥24150・ブラウス¥28255／ナノ・ユニバース 難波（リカ） ワンピース¥4095… アクアガール … （リカ）

慧美网
vimee.net

モテる相手ほど燃える!
『リカ』ももちろんゲット

「リカ」は"可愛くて、ちょっとやんちゃで、目が離せない"と、今、モテモテのブランド。「みんな好きって言ってて、ライバル多くて大変だった～」らしいが、レオパード柄ストールと黒のキルティングバッグを見事モノにした！バッグ¥103950／ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館（リカ） ストール¥18427／ナノ・ユニバース 難波（リカ） ワンピース¥45150（ベイジャ）・ブレスレット¥6300（オピュール）／シャンデリエ 新宿 タイツ／スタイリスト私物

スクープ!
小物はアジアに浮気中ですか!?

「エスニックな小物は前から好き！」と一時の浮気心ではないことをアピール。（右から）ネックレス¥8190／ナノ・ユニバース 東京（ル. フェッテ） フラットシューズ¥14250／LA☆CELEB（Jeffrey Campbell） ストール¥1890／ハリウッド ランチ マーケット（ヒューズ）

への愛は深まるばかり!?

初スクープの翌日"さし色の赤"はさらに
。レオパード柄ともさらりと合わせていた。
ース¥33600／デイシー代官山店（ミー ク
ル） レギンス／¥10500／ハリウッド ラ
マーケット 靴¥23100／ウヴラージュ ク
ダブル アンド エム） バッグ¥6195／
ック トレイズ（ガヤ） ストール¥29400
ーズィエム クラス福岡店 ベルト¥3675
ンデリエ 新宿（オピュール）

周囲にはチェック好きも公言する篠田。シ
はおる着こなしなんてお手のものなのだ！
¥11550／ドロシーズ（be♡ove） Tシャツ
／NINE 青山 スカート¥22575／シェル（フ
ケイク） 靴¥31500／ジャコモ・リュク
ニュ） ハット¥9975／オンワード樫山（ロ
ブリット） ネックレス¥10290／ブティッ
レイズ（バナー バレット）

蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

冬の白に映える大人の赤。
普段とは違う顔を激写!

篠田麻里子×赤
"チラ見え"ハプニング★

初スクープで見せた衝撃の"さし色"。
これは、かなりのおしゃれ上級者とみた!

11月のある日、仕事に向かう[illegible]（23歳）をキャッチ。その足もとには[illegible]のパンプス♪！「[illegible]で[illegible]れて、[illegible]存在なんです」と本人も溺愛ぶりを語った。[illegible]¥29400／デイシー代官山店 シャツ¥15[illegible]・Tシャツ¥7350／ドラスティック[illegible]パンツ¥27000／LA☆CELEB（Swy） 靴¥31500／[illegible]クラン[illegible]青山（ピッピ） ネックレス¥6720／ビューティ＆ユース ユナイテッドアローズ 渋谷公園通り店[illegible]ク・モデル私物

「展示会でひと目惚れしたみたいです」（関係者）というカウチンは、モデル愛可氏のブランドの最新作。カーディガン¥19740／クインク（ムーン ニー） タンクトップ¥7875／ビームス タイム（エリンワッソン フォールカ） インのタンクトップ¥8190／NINE 青山 パンツ¥25200／アパルトモン ドゥーズィエム クラス銀座店 靴¥33600／フィルム バッグ¥78750／アングローバル ショップ 表参道 ネックレス¥18900／インターナショナルギャラリー ビームス

最愛のカウチンニットは
仲よしモデルが生みの親!

ナオ×最旬アウター
とっかえひっかえ3連撮!!

大人モデルのお相手は、なんと毎日チェンジ!
見せた洗練カジュアルな魅力に、やられた!!

ほかのアウターとだって"イ〜イ関係♡"です

（右）なんと、ナオが「ワールド」とコラボしたダウンもスクープ！ スキニーともさすがの相性です。ダウンコート¥15570／ブルーミングマーケット（ナオ×RUNA） Tシャツ¥5100／LA☆CELEB（chaser） パンツ¥18900／アメリカンラグ シー銀座マロニエゲート店 靴¥29400／クルーン ア ソング 渋谷パルコパート1店（フラミューム） バッグ¥40950／フィルム ストール¥17850／シャンデリエ 渋谷（シトラス）

（左）ジャケット¥77700／ビューティフル ピープル Tシャツ¥5100（chaser）・パンツ¥29000（Dylan Geoge）・靴¥38000（Jeffrey Campbell）／LA☆CELEB バッグ¥3990／H&M ヘネス・アンド・マウリッツ・ジャパン（H&M） バングルセット¥10290／クルーン ア ソング 渋谷パルコパート1店（ジュヌヴィエーヴ）

大屋夏南×派手めクール
白昼ドライブの助手席、撮った!!

インパクト満点アイテムをクールに着こなし、
運転は初心者でも、おしゃれはスゴ腕だ!!

おしゃれっぷりはスター級。
絵にならないワケがない!

蝴蝶网
hudie.com
V慧美网
vimee.net

◐レース&綿ビーズのカーデにクラッシュスキニー。派手めアイテムを颯爽と着て現れたのは、MOREの新星、大屋夏南(22歳)。実は免許取りたてという彼女、運転はまだまだこれから……!? カーディガン¥58800/NINE 青山 タンクトップ¥4725/ザ パーマネント ウェア(ザ パーマネントウェア バイ インパクティス ケリー) パンツ¥26040(ジェイ ブランド)・バッグ¥10290/ローズ バッド 靴¥120750/ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 サングラス・リング/モデル私物

ご自慢小物、オンパレード!

◐◐サングラスは「ずっと大好きで何個も買ってる」(本人談)とつきあいの長い「レイバン」。ゴツめでキラキラのリングは「フォーエバー21」。「600円だったの〜!」とうれしそうに話す姿も目撃されている。長い脚をますます長く見せるブーティは「ジュゼッペ ザノッティ デザイン」

助手席にはなんと……!
買いに買った戦利品(笑)

"ひとクセ"ものが大好き♡

ぺたんこってとこがいいでしょ?

◐本誌の直撃に、本人がコメントを寄せてくれた。「服選びは直感派。第一印象で決めちゃいます。レオパード柄のファーコートと派手ピンクのマフラーはこれから出番が増えそうな2トップ。グレイニットは「オープニングセレモニー」で即速ゲット。ニーハイブーツは、ネイビーも素敵かもと浮気ゴコロが出てきちゃった(笑)」(右から)ブーツ¥79800/フィルム(ダブルスタンダードクロージング アクセサリー) ファーコート¥44100/スナイデル マフラー¥22050/NINE 青山 グレイニット/モデル私物

山田みお＆落合恭子 ×ガールズ★ロック

本誌が見た買物バトル全記録!

「仕事帰りはショッピング」と口を揃えたふたり。
先輩・後輩モアモデルの“仲よしガチンコ対決”を総力取材!

“可愛いロック”でみお、先制パンチ!!

“カジュアルロック”で恭子の負けん気、炸裂!

合恭子（22歳）はモッ
ート×ニットワンピで
! でも、なんとなく
そろい”っぽいあたり。
しぶりが伝わってくる。
ト¥19740／アンビデッ
（グローバル リズム
ッセンス） ワンピー
12390／フリーズ ショ
（フリーズ フレイズ）
89250／ルビーリベット
町 バッグ¥27300／ア
カンラグ シー銀座マ
エゲート店

ンプルな黒に合わせる
らしいプリントものや
ッズ小物を賢くゲット。
ゃ相当の買物上手!?
ーディガン¥11550・オ
インワン¥15750／オン
ド青山（ローズ ブリ
） カットソー¥4200
OFFICE（チープ マン
） ベレー帽¥2940／
ウッド ランチ マー
ト（ディーアンドワ
 ブレスレット¥7560
ノ・ユニバース 名古
ナシェリ）
ェックシャツ¥18900／
 ダルタニアン
イダースベスト¥28350
リーズ ショップ（フ
ズ フレイズ）
ーツ¥29400／シャンデ
 新宿（オピュール）
ルト¥9345／バビロン
ャケット¥8925／アン
ックス（グローバル
ム エッセンス） ワ
ース¥34650／アメリカ
グ シー（オープニン
レモニー） 靴¥35700
NE 青山 バッグ¥17
／インターナショナルギ
リー ビームス ストー
8295／ローズ バッド

白チュニック×ショーパンは山田みお（28歳）の鉄板。ファーつきトレンチをはおるあたり、先輩の余裕が!? コート¥19740／アパートバイローリーズ ブラウス¥21315（スウィート ブロッサム）・パンツ¥13650（ビアンカズ クローゼット）／シェル 靴¥48300／ローズ バッド（センドラ） バッグ¥19950／シャンデリエ 渋谷（モダルー） ネックレス¥6195／モロコバー ルミネ新宿店

みおにはやっぱりチュニックがお似合いだ!! ニット、レース、花柄とタイプ違いで大人買い。かごバッグやムートンブーツ、冬にこそ可愛い小物も抜かりなくゲットして、さすが先輩!

❶ニットチュニック¥15750／ジル スチュアート パンツ¥13440／ローズ バッド ネックレス¥11550／ブティック トレイズ（バナー バレット） 靴・タイツ／スタイリスト私物
❷レースワンピース¥33600／ジル スチュアート
❸花柄チュニック¥30450／シェル（ビアンカズ クローゼット）
❹スパンコールつきかごバッグ¥19950／アクアガール新宿（エンシャラ）
❺ムートンブーツ¥10290／ブラッシュ＆ラッシュ
❻ブラウス¥10290／ローズ バッド ジーンズ¥9345／ミニマム（ミニマム ミニマム） ファーマフラー¥14700／ビューティ＆ユース ユナイテッドアローズ 渋谷公園通り店 バングル¥34650／フィルム（ダブルスタンダードクロージング アクセソワ）

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

木下ココ×姫モノトーン
MORE初登場の㊙プライベート!

大トリに登場は、「はじめまして☆」のこの人。
“おしゃれ好き、映画好き”の素顔を撮った!

蝴蝶网
hudie.com

華やかな存在感に
視線はもうクギづけ!!

ココが選んだ冬の“名作”とは!?

クラシカルが好きみたい♡

“この冬、何買った?”を早速ですが、初直撃☆「冬はやっぱり上品でクラシカルな雰囲気が好き。『モロコバー』のファーコートは、まさにそんな気分出てるでしょ?」ふむふむ、似合いそう。「でも今年は反対にスタッズものも気になっていて、ピーコートとスカートの2点を一気にゲット! ヴィンテージっぽく着るのが理想かな」。
（右から）ピーコート¥48300・ニットベレー帽¥8925・スカート¥23100／ドラスティック(アウラ　アイラ) ファーコート¥30[illegible]／モロコバー（ルミネ新宿[illegible]ィスコバー）

慧美网
vimee.net

ヘッドアクセも超気になる!

「小物[illegible]大好き[illegible]今年は特にヘッドアクセ[illegible]ットはもちろんだけど、クラ[illegible]な[illegible]ーチャ[illegible]ほしい!」。ピンク[illegible]ザーカチューシャ（銀座店以外の店舗で展開中）¥799（H&M DIVIDED）・バングル¥1790（H&M）／H&M　ヘネス・アンド・マウリッツ・ジャパン　ベージュフェザーカチューシャ¥7875／クルーン　ア　ソング　渋谷パルコパート1店

お気に入りの映画館でベストポジションに陣取るのは、初登場の木下ココ。お姫さまみたいなレースワンピ&ざっくりカーデという装いに「カンカン帽とかニーハイブーツとか、エッジーな小物も好き」（本人談）というから、こりゃ可愛いワケだ。カーディガン¥51450（アウラ　アイラ）・ワンピース¥17850（ライザ）／ドラスティック　靴¥34650／フリーズ　ショップ　ハット¥17850／クルーン　ア　ソング　渋谷パルコパート1店

蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

v慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

vimee.net
hudie.com

Create it!
STYLE
×
SLIDE!
嵐のスペシャルサイト公開中!
詳しくは au ハッピー? で検索。

蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

Tyen
www.dior.com
mobile www.dior.com/i
Monica Bellucci is wearing Raspberry n° 760
慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

Cartier
蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net
cartier.com - 0120-301-757　eブティックでもお買い求め頂けます。

ここに行っときゃ間違いなし!

安リッチブランド大賞

トランテアン

大人可愛いレディに変身

ジャケット	¥12600
カットソー	¥4935
ジーンズ	¥6930
靴	¥8925
帽子	¥3990
ネックレス	¥4935

フリーズ マート

L.A.カジュアルはおまかせ!

コート	¥11970
Tシャツ	¥4935
ジーンズ	¥6930
ブーツ	¥4725
サングラス	¥2940

オリジナルからインポートまで、最新のL.A.トレンドを取り入れたカジュアル服がずらりと揃う!……GO!
コート(フリーズ マート) Tシャツ・ジーンズ・サングラス(3点ともフリーズ マート インターナショナル) ブーツ(バニティ ハイ フリーズ)/フリーズ マート

…ンプリ発表! …の安リッチ服 223

…んどん派手に、どんどんお得に!
…世界は「安くて可愛い」が主役の時代!
…戦を制した本当に使える優秀「安リッチ」で、
…のおしゃれをもっと"攻め"モードで楽しんで!

慧美网 vimee.net

蝴蝶网 hudie.com

掲載製品の問い合わせ先リストは P268

v慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

「よかった!」「使えた!」を勝手に表彰!

おしゃれプロ個人賞

安リッチだって個性で勝負!
デザインカーデを4ケタで!

「R&E」のバレエシューズ
スタイリストアシスタント
高橋直子さん
¥6195
➲「撮影で使って、「可愛い!」とひと目惚れ。ユニオンジャックなのにモノトーン、というところがツボでした」。／R&E渋谷109店

スタイリストアシスタント
前田麻樹さん
➲「派手なものこそプチプラで! セレクトショップのオリジナルも狙い目です」。（上）／INDEX （中）／ビューティ&ユース ユナイテッドアローズ渋谷公園通り店 （下）／フリーズ マート

「INDEX」のラメスカート
¥4998

「ビューティ&ユース」のリバティ柄スカート
¥13650

華スカートはプチプラで指名買い!

「フリーズ マート」の花柄スカート
¥4935

「ローズ バッド」の星柄ストール
スタイリスト丸尾朋世さん
¥7980
➲「着こなしにパンチが出るのでコーデでヘビロテ。あまりに気に入って自分用を買っちゃいました」。／ローズ バッド（コデロ）

「アナップ」のフリンジバッグ
…ター陶山真知子さん
¥7980
➲「長めのフリンジやチェーン使いが大人っぽくて、よくできてる!と感心。容量も文句なしです」。／アナップ 原宿竹下通り店

「H&M」は変わらず大人気! プロは何を狙う!?

…ントワンピース
¥3990
ダンガリーシャツ
¥6990
ブラ
¥1990
ショーツ
¥1490
チュニック
約¥4500

「H&M」の服&下着
編集Q、編集Cほか
…編集部スタッフの今シーズンの…品を披露! 編集Qはパーテ…ーにも行ける柄ワンピに、渋谷…で取り扱いを開始した下着を早…ゲット! 編集Cは流行のダ…リーシャツ、美容番長は黒チ…ック、と毎日コーデをにらん…実なセレクト。／すべて私物

「ザ ショップ TK ミクスパイス」のカットソー
美容小番長アツ
（左）¥3486
（右）¥3591
➲「シルエットも大人っぽくてすごく凝ってるのに、ほとんど3000円台! これは買いです」。／ザ ショップ TK ミクスパイス

「セシルマクビー」のTシャツつきチェックシャツ
美容番長N
約¥4500
➲「中のロゴTもセットになっていてお得! はおるだけで今年っぽいチェックシャツは秋からヘビロテ中です」。／私物

「チル アナップ」の靴&ネックレス
スタイリストアシスタント
高野麻子さん
➲「トレンドものの小物は、ここに行けばなんでも揃います!」と高野さん。デイリーに使えるフラットシューズにネックレス。スパンコールつきのカジュアルパンプスまで…パーティーにも活躍。／チル アナップ原宿店

¥2940
¥6510
¥7140

トレンドデニムはプチプラでゲット!

「ロペピクニック」のブラックスキニー
¥3990

「チープマンデー」のケミカルスキニー
¥8400

編集O
➲「コロコロ変わるデニムの流行には、プチプラで対応! 今は本当によくできてて侮れません!」。（右）／k3 OFFICE（チープマンデー） （左）／Ropé Picnic

「チープマンデー」のカーディガン
編集Y・編集C
¥9450
➲インポートなのにお手頃で、今年らしさも抜群! とオススメする声が多かった「チープマンデー」。ボタンの留め方で表情が変わるちょっぴりモードなカーデも4ケタで発見。「アウター代わりにガンガン着ます!」（編集Y）。
カーディガン・Tシャツ¥2625・ジーンズ¥8400・ネックレス¥1575／k3 OFFICE（チープマンデー）
靴¥6195／R&E渋谷109店

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

「ローズブリット」のカシミアニット
編集C
¥14700
「プチプラのカシミア100%ニットって地味なものが多いんですが、ここのはキュート！」。／オンワード樫山（ローズブリット）

「ル タロン」のファーつきレインブーツ
美容番長N、編集Q
約¥7900
「レインブーツなのにショートなのが今年っぽい！」とふたりお揃いでゲット。ファーをはずすとよりシンプルに大人っぽく。／私物

「ユニクロ『+J』」のテーラードコート
編集長S
¥12900
「大好きな『ジル サンダー』とのコラボは速攻でゲット！ マニッシュなのに女らしさのあるデザインはさすがです」。／私物

セレクトショップならではのツボを押さえたデザイン！

「ザラ」のスタッズつきニット&ストール
スタイリスト丸尾朋世さん
ニット¥7990 ストール¥3990
「ニットは着ていると『それどこの？』って本当によく聞かれます。ストールは[illegible]」。／[illegible]

アンケートで挙げた人がいちばん多かったのはこれ!

「ユニクロ」のチェックシャツ
スタイリスト荒井静佳さん
各¥1990
「本当によくできてる」、「1000円台とは思えない」とみんなが絶賛。バリエが豊富なので、人とかぶりにくいのも魅力。／ユニクロ

「TOPSHOP」のチェーンつきフラットシューズ
スタイリスト松野裕子さん
¥8400
「仕事でパンチのきいたアイテムが欲しい時にチェックします。特にシューズは旬のデザインが揃っていて優秀！」。／TOPSHOP／TOPMAN

「シャルマン」のファーつきブーティ
ライター鈴木絵美さん
¥5985
「ふわふわファーがたっぷりついて5000円台！」。ファーをはずすとシンプルなボタンつきブーティに。／シャルマン渋谷109店

「titty & Co.」のボヘミアンスカート
スタイリスト福永いずみさん
約¥7000
「『titty & Co.』はカジュアルキュートなプチプリが揃う大好きなブランド。このスカートも、凝ってるのにお手頃！」。／私物

「ジェリービーンズ」のスタッズつきニーハイブーツ
スタイリストアシスタント佐々木美佳さん
¥8295
「撮影で見てこれは使える、と即決。細めのシルエットもやりすぎないスタッズ使いも大人っぽく優秀です」。／ジェリービーンズ

「フリーズ マート」のノーカラーコート
スタイリスト大平典子さん
¥9975
「シンプルなシルエットと控えめなフリルのバランスが絶妙。開閉がジップ式なのも今年らしい！」／フリーズ マート

「ナノ・ユニバース」のチェックショートパンツ
スタイリスト石上美津江さん
¥7350
「チェックのシャツワンピを[illegible]ようなユニークデザイン[illegible]もこれ、スカートではなくパンツ！」。このデザイン性の高さで4ケタは[illegible]。ショートパンツ／ナノ・ユニバース[illegible]フロアー 渋谷（ナノ・ユニバース グラウンドフロアー） ジャケット¥6720／ローリーズファーム Tシャツ¥2625／アナップ 原宿竹下通り店 ブーツ¥13440／三鈴商事（フラッパー） ネックレス¥1890／チャオパニック原宿店

「ローリーズ」のブーツはバリエーションがすごい!

「ローリーズファーム」のブーツ
編集Q
「今年っぽさ満点のブーツが4ケタで揃います。バリエが豊富だから絶対お気に入りの形が見つかる！」。／ローリーズファーム

大流行のレオパードは安リッチで、が鉄則!?

スタイリスト森由美江さん、編集T、編集M
シューズは「クールなヒョウ柄と華やかなコサージュのギャップが可愛い」と森さん。コートとバッグは、編集TとMが「大人の遊びアイテムとして」とそれぞれご指名。靴／コーエン コート／フリーズ マート バッグ／ロイヤル パーティー

「フリーズ マート」のフェイクファーコート
¥9975

「コーエン」のフラットシューズ
¥4935

「ロイヤル パーティー」のボストンバッグ
¥102

hudie.com 蝴蝶网
慧美网 vimee.net

本上陸ファッションを制したのは?

ファスト・ファッション 大賞

蝴蝶网 hudie.com

No.1の賑わいで社会現象に!

「フォーエバー21」

2 ¥2480

1 ¥2680

7 ¥1080
8 ¥1880
¥2090

6 ¥3780
4 ¥1380
5 ¥880

3 ¥1880

❶フェイクファーのふわふわベストは驚きの2000円台! クラッシュデニムと合わせ、セレブ風に ❷ジップを使ったフリルがクール&フェミニンなフラットシューズ。タイツやスキニーと合わせて ❸台形シルエットがエレガントなスカートもこの価格。モノトーンのローズ柄が派手すぎず上品 ❹アクセサリーも目移りしちゃうほどの品揃え。ボリューミーなネックレスはシンプル服にきかせて ❺チェーンのフリンジが目を引く、シックなロザリオ風ネックレス ❻通勤にも使えそうな大きめバッグはスタッズがポイント ❼エスニック柄のジャカードストールは巻くだけで華やかに ❽つやのあるネイビーとボリューミーなフリルがグッドバランス

トレンドを盛り込んだ最旬コーデも驚き価格で!

カーディガン	¥2180
タンクトップ	¥890
ジーンズ	¥2490
ブーツ	¥3580
バッグ	¥2680
帽子	¥880
ネックレス	¥780

➡日本上陸1号店として原宿店がオープンするや、連日大盛況! その理由はラインナップとプライスを見れば一目瞭然。この全身コーデもなんとトータルで13480円の安さ! 毎日品揃えが変わるほど商品の回転が速いので、お気に入りを見つけたら即買いが鉄則。カーディガン・タンクトップ・ジーンズ・ブーツ・バッグ・帽子・ネックレス/フォーエバー21原宿店

ーンのシフォンにピンクのキュートなスカート。トッインにして着ても可愛いカジのマストアイテム。チシャツももちろん! ウエシェイブした女らしい形なコインがびっしりついたはインパクト十分。これひで顔まわりがぐっと華やかにーティーアイテムも充実。ピックカラーのフェザーがついチューシャは、シックなお招スタイルの仕上げに有効ンパクトな作りで、どんなボともバランスよく決まるピーャット。ゴールドのボタンがデザインを今年らしい表情に ー⓭フォーエバー21原宿店品の回転が速いため、同じ商すでに店頭にない場合があり ご了承ください

13 ¥4080

11 ¥380
12 ¥680

10 ¥2190

「三鈴商事」のブーツ

トレンドをがっちり押さえてこの値段!

1 ¥6195
2 ¥5145
3 ¥6195
4 ¥6195

慧美网 vimee.net

「ここのブーツがすごい!」と今、スタイリストの間で評判中。いったいどうやって作ってるの? と思うほどのお手頃価格なのに、デザインはしっかりトレンド直球。スタッズ使いだったり裏地に凝っていたり、安いだけじゃないひと工夫もお見事! /❶〜❹三鈴商事(❶❸❹フラッパー、❷トゥイングトゥイング)

この値段でこれはすごい!

企業努力賞

⬇「え? ライダースが2990円!?」。発売が決まると同時にニュースになり、世間の話題をさらったジャケットがこれ! フェイクレザーとはいえしっかりとした作りなので、ワンシーズン着倒すなら十分なクオリティ。短め丈のコンパクトなデザインなので、女らしく着られる! ジャケット/ジーユー ニット¥4935/フリーズ マート スカート¥12600/ナノ・ユニバース 船橋 帽子¥2940/ヒロタ(トランテアン ソン ドゥ モード)

「ジーユー」のフェイクレザーライダース

ニュースにもなった! 話題のアイテム!

¥2990

「ユニクロ」のエクストラファインメリノシリーズ

ほかにない上質ウールと豊富なバリエ!

各 ¥2990

➡19.5マイクロンという極細繊維でできたウールを使用しているので、きめが細かくなめらかな手ざわり。一枚でも重ねてもきれいに決まる計算されたシルエットだから、どの形を選んではずれがないのがすごい! 厳しい目を持つおしゃれプロの間でも「ニットは『ユニクロ』」の声、多かった! /すべてユニクロ

「もう行った?」が合言葉に!

話題賞

お宝アイテムを格安でゲット!

「アウトレットモール」

御殿場プレミアム・アウトレット

DATA
◆静岡県御殿場市深沢1312 ☎0550・81・3122 AM10〜PM8(季節によって変更あり) ■www.premiumoutlets.co.jp/gotemba

国内最大規模。ハイブランドを狙え!

敷地面積約35万5000平方メートルと、国内最大規模を誇るだけあって、品揃えはピカイチ。特に注目すべきはハイブランド。普段なかなか手が出ない憧れブランドのアイテムを格安で手に入れたいならここ!

◆玲奈も御殿場に夢中、と聞いて戦利品を直撃取材! 凝った刺しゅうが美しいブルゾンは「アン ヴァレリー アッシュ」のコレクションライン。スタッズやボタンがびっしりのバッグは「JIMMY CHOO」で! ／2点とも玲奈私物

あみプレミアム・アウトレット

DATA
◆茨城県稲敷郡阿見町大字吉原2700 ☎029・829・5770 AM10〜PM8(季節によって変更あり) ■www.premiumoutlets.co.jp/ami

新顔ながらアクセスのよさで人気!

東京都内からのアクセスが比較的いいことから、オープン間もないうちから人気に。アメリカ西海岸をイメージした敷地内は緑が多くてゆったりとした雰囲気。天気がいい日のデートにもオススメ!

◆「スピック&スパン」や「ジャーナル スタンダード」など、人気のブランドがいっぱい! なかにはアウトレットのために用意されたお得な商品も。／すべてスピック&スパン／ジャーナル スタンダード アウトレットストア(B.C STOCK) ※写真は商品の一例です

◆30%OFFから上は80%OFFまで。今すぐ着られる旬アイテムを割安でゲット。206店舗の中から掘出し物を探して。／2点ともバビロンストック ※写真は商品の一例です

三井アウトレットパーク入間

DATA
◆埼玉県入間市宮寺3169の1 ☎04・2935・1616 AM10〜PM8(店舗により一部例外あり) ■www.31op.com/

服だけじゃなく生活雑貨も充実!

人気ファッションブランドが数多く揃うほか、「無印良品」や「Franc franc BAZAR」など生活雑貨も充実。屋根つきなので、雨が降っても気楽にショッピングが楽しめるのもうれしい。フードコートも充実

ツウはここに通ってます!

穴場SHOP賞

◆「I♡KY(カカクヤスイ)」をスローガンに掲げる大手スーパー、「西友」のプライベートブランド。最先端のトレンドを意識したデザインをイギリスからそのまま取り入れ、サイズを日本人向けに調整。ベーシックで着回せるのにどこか今年っぽい。そんな優秀アイテムを探すならここへGO! 40日で入れ代わるという商品サイクルの早さにも注目。／すべて西友(George)

イギリス発の高感度アイテム!「西友のGeorge」

コーデしやすさ、を意識したオリジナルが狙い目!「ウィゴー」

◆ヨーロッパやアメリカのユーズドウエアを扱うショップだけど、古着とのミックスを想定して作られたオリジナルアイテムのレベルが高い! と評判。ボーイズも充実しているので、彼とのデートにもオススメ。ダウンベスト(ブラウニーヴィンテージ)・パーカ(ブラウニー)・スカート(アールイー・アールイー)／ウィゴー原宿本店
◆バリエ豊富なダウンも人気。／ウィゴー原宿本店

◆ギャル系ブランド? と侮るなかれ! 「シーズン…倒しても惜しくないお値段でトレンドものが見つかる!」「小物が可愛い!」と、若手スタイリストを中心に大人気。チェックシャツのオールインワンや星形スタッズのついたデニスカなど、服から小物まで、今年らしさ…のアイテムが5000円以下で買えちゃうのがすごい! すべてアナップ 原宿竹下通り店

パンチのきいたトレンドものが欲しいなら!「アナップ」

vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

…ったコーデを、安リッチアイテムでマネっこ!

…コーデつくりまSHOW!

レザージャケット×レースワンピ

男子ウケも抜群の最強甘辛ミックス!

MORE11月号
40ページより

…ジャケット	¥8295
…ワンピース	[illegible]
…ブーツ	[illegible]
帽子	[illegible]
…ネックレス	¥840
total	[illegible]

…なレースと辛ロジャケットの対比がおしゃれなコー…優秀なフェイクレザージャケットがお手頃価格で揃う…をトライ! 仕上げはファーで冬らしい甘さをプラス。…ャケット/ピンク アドベ ワンピース/ギャラリード…ゥ(ブードゥドゥ) ブーツ/三鈴商事(トゥインク…ィンク) 帽子/ローズ バッド(フェルッチオ ヴ…ィ) ネックレス/エルチャンス渋谷109店

ざっくりカーデ×チェックシャツ×サロペット

ゆる〜いムードがキュートなアメカジコーデ

カーディガン	¥6489
チェックシャツ	¥1995
カットソー	¥490
サロペット	¥4900
ブーティ	¥7245
ポシェット	¥5145
ネックレス	¥2415
total	¥28679

➡カーデ×サロペットのゆるコーデ。今年らしさをピリッときかせるチェックシャツがポイント。
カーディガン/ザ ショップ TK ミクスパイス シャツ/ウィゴー原宿本店(ブラウニー) カットソー/ジーユー サロペット/アンラシーネ ブーティ/三鈴商事(バニティービューティー) ポシェット/チャオパニック原宿店(チャオパニック) ネックレス/グランドエッジ 渋谷109店

MORE12月号
28ページより

ノーカラーコート×スキニーデニム

レディなコートをとことん辛口にカッコよく

MORE12月号
97ページより

コート	¥12600
Tシャツ	¥4410
ジーンズ	¥4935
靴	¥5985
ネックレス	¥1575
total	¥29505

➡主役のノーカラーコート以外はすべて5000台円以下! 全身モノトーンで決めつつ、パールネックレスとサテンのパン[illegible]で女らしさをトッピング。辛さの中にもほどよい甘さ[illegible]、今どきデニム[illegible]が完成! [illegible]

v慧美网 vimee.net
hudie.com

蝴蝶网 hudie.com

Special番外編 過去にモアに掲載されて人気

total¥30000以下でヒット

流行のボヘミアンも攻めで楽しむ！
ポンチョ×デニムショートパンツ

ポンチョ	¥4095
カットソー	¥490
ショートパンツ	¥3045
ブーツ	¥7140
バッグ	¥5145
ソックス	¥2625
total	¥22540

◆ボリューミーなポンチョとショートパンツの重軽バランスがキモ。カラフルなボンボンつきポンチョを主役にしつつ、フリンジバッグとウエスタンブーツでボヘミアンな薫りをさらにトッピングして。
ポンチョ（デュカ）・ショートパンツ／ウィゴー原宿本店　カットソー／ジーユー　ブーツ／グローバルワーク　バッグ／オーバータッシェ渋谷109店　ソックス／タビオ（靴下屋）

MORE11月号
48ページより

通勤にも応用できる王道きれいめコーデ
テーラードジャケット×きれい色スカート

MORE10月号
22ページより

ジャケット	¥4990
Tシャツ	¥3045
スカート	¥7875
ブーツ	¥9345
バッグ	¥3990
total	¥29245

◆テーラードは長めを選ぶのが今年らしさのポイント。ンをTシャツにすればほどよくこなれたスカートスタイが完成！　小物は黒のエナメルでクールにまとめて。
ジャケット／サンカンシオン　Tシャツ／ザ　ショップTK　ミクスパイス　スカート／デュアル　スレッド　町マルイ店　ブーツ／三鈴商事（フラッパー）　バッグニッセン（ニッセンスタイル）

ボーイッシュとガーリーをハーフ&ハーフで
ミリタリーコート×小花柄ワンピ

コート	¥4990
ワンピース	¥7245
カットソー	¥490
ブーツ	¥7245
バッグ	¥6980
ネックレス	¥1260
タイツ	¥1260
total	¥29470

◆丸衿がキュートなシフォンのティアードワンピが主役。ファーつきコートも5000円未満とは思えないディテール！
コート／ニッセン（ニッセンスタイル）　ワンピース／ロイヤル　パーティー　カットソー／ジーユー　ブーツ／ウィゴー原宿本店（デュカ）　バッグ／アクセサライズ原宿店　ネックレス／abc une face　タイツ／アツギ（レリッシュ　マットコレクション）

MORE11月号
32ページより

慧美网 vimee.net

「いちばん使える!」をジャンル別に表彰

流行アイテム別大賞

フェミニンコート部門

❶落ち着いたトーンのパープルに、アンティークゴールドのボタンがリッチな印象をプラス。/アズ ノゥ アズ ピンキー
❷ファーはもちろん取りはずし可能。凝ったデザインの透かし彫り風ボタンもアクセントに。/アイジーエー（アクシーズファム）
❸ウエストから下にたっぷりプリーツを取ってあるので、どんなに動いても女らしい形をキープ。/アイジーエー(アクシーズファム)
❹共布のスカーフ風の衿がついたユニークなデザイン。衿をはずせばシンプルなノーカラーシルエットに。/西友（George）

大きめ衿がレディ度満点
「グローバルワーク」のチェックコート

パープルのチェック柄に大きめの衿。旬のブリティッシュな着こなしがこれ一枚で完成。ミニボトムにも合わせやすい、短めの丈とAラインも今年らしさ抜群！
コート/グローバルワーク　ブーツ¥13440/R&E渋谷109店　バッグ¥6090/ナノ・ユニバース　グラウンドフロアー　渋谷（※）　ヘアバンド¥3990/ビームス銀座（ペタル）　ネックレス¥3496/トピックラックス　新宿

ディテールまで凝ってます!
「ジャイロホワイト」のミリタリーコート

さりげなくギャザーを寄せたデザイン[illegible]モコボアのライナー[illegible]いく辛口コーデを演出。[illegible]ト/ジャイロホワイト　シャツ¥8295/スパイラル　ガール　タンクトップ¥1260/ギャラリー[illegible]ポップ(ブートドゥトゥ)　パンツ¥11550/ビームス銀座（レイ　ビームス）　バッグ¥16690/ローズバッド（タクバックス）　ネックレス¥3990/デュアル　スレッド　有楽町マルイ店　タイツ¥1050/タビオ（靴下屋）

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

辛口コート部門

❶ロックなマインドを感じさせる、ブロックチェックのピーコート。ショート丈も今年っぽくてマル。/アズ ノゥ アズ ピンキー
❷ライナーはベーシックな黒のロングパーカ。取りはずして単品でも着られるので、一枚で2度おいしい！/トピックラックス　新宿
❸くびれのないシルエットが逆に女らしいモッズコート。ライナーは暖かいフリース素材で、着心地も文句なし！　/abc une face
❹シンプルなショートのピーコートは、シルエットの美しさで選んで。着るとびっくりの軽さと暖かさ。/トピックラックス　新宿

ジャケット部門

ラメのリッチ感にくぎづけ!
「ジ・エンポリアム」のラメツイードジャケット

¥10395

思わずプライスを二度見しちゃうリッチ感に、満場一致の大賞決定! ラメ入りツイードに黒のラインとフリンジで大人っぽさをプラス。ボタンではなくジップ式なところも、今年っぽくてニクイ! ジャケット/ジ・エンポリアム(マジーマルシェ) Tシャツ¥8295・ネックレス¥7140(ル フェッテ)/ナノ・ユニバース 東京 スカート¥12600/ミニマム(ミニマム ミニマム)

色、質感、形ともにパーフェクト!
「アパートバイローリーズ」のフェイクレザージャケット

¥9345

大流行のフェイクレザージャケット。お手頃プライスのものは数あれど、「アパートバイ」のこちらは色、風合い、シルエットともにパーフェクト! 限りなくリアルレザーに近い質感で、ほかにはないネイビーの色合いもクール! ジャケット・花柄キャミソール¥5145/アパートバイローリーズ 下に着たキャミソール¥3045/スパイラル ガール ジーンズ¥9345/ダズリン

1 ¥7990

きれい色で目立っちゃえ!

2 ¥8900

3 ¥8925

1 ¥10290

ベーシックで使いやすい

2 ¥6930

3 ¥9975

1 ¥6195

トリミングにワザあり!

2 ¥6990

3 ¥7245

フェイクレザー

❶明るめのキャメル色なので、重くなりすぎないのが魅力。しわ加工もあか抜け感を演出。/チャオパニック原宿店(チャオパニック)
❷正統派ライダースもプチプラで発見。コンパクトな作りやドットの裏地が、女の子らしい。/ギャラリードポップ(プードゥドゥ)
❸レザーのつけ衿がセットになっているので、ノーカラー、衿あり、ファーつきと3通りの着こなしが楽しめる。/ジ・エンポリアム

ダウン

❶[illegible]なレッドを、冬の[illegible]の主役に。[illegible]になっているので防寒性も抜群。/ユニクロ
❷グリーンのチェックにトグルがついた[illegible]デザイン。あえ[illegible]スカートに合[illegible]、キュートに着こなし[illegible]い。/アンラシーネ
❸パープルと[illegible]小花柄のリバーシブル! [illegible]ティとガーリー、一枚で2つのテイストが楽しめちゃう。/グローバルワーク

ノーカラー

❶エレガントなツイード風の[illegible]を、ゴールドチェーンのトリ[illegible]グでロックに味つけ。デニム[illegible]わせたい。/ジャイロホワイ[illegible]
❷いろいろな糸が組み合わさ[illegible]ピンクのファンシーツイー[illegible]やか! パーティーのはお[illegible]ても使えそう。/サンカン[illegible]
❸レディなミックスツイー[illegible]ルゾン風に仕立てた技あり[illegible]クールなジップ使いも今年[illegible]抜群。/abc une face

慧美网
vimee.
蝴蝶
hudie.com

派手カワニット部門

❶一見シンプルなパープル系の霜降りニットの袖に、太めの黒レースをあしらった大胆なデザイン。／フリーズ　マート
❷トラッドなアーガイルカーディガンを、フードとホワイトのライン使いでスポーティにアレンジ。／アズ　ノゥ　アズ　ピンキー
❸シックなボルドーのラメボーダーがちょいモード。フロントのリボン風デザインで、ほどよい甘さをプラスして。／トッコ
❹身頃に同色のスパンコールを編み込んであるので、動くたびにキラキラ。前後を逆に着れば、カーデとしても。／ジーナシス
❺ゆったりとしたドルマンスリーブが存在感抜群。ショルダー部分にはジップも。／リミット　レス　ラグジュアリー（ルミネ）

シンプルすぎず、「どこか派手で可愛い」ニットが今年は主流！　そんな中、大賞に輝いたのは鮮やかピンクにラメのラインとジップが輝くこちらの一枚。着回ししやすいVネックと長めの丈もポイントを獲得。
ニット／VIVAYOU　ジーンズ¥7875／スパイラル　ガール　バッグ¥5985／フリーズ　マート（バニティ　バイ　フリーズ）　スカーフ¥18900／アダム　エ　ロペ（エビス）　ベアトップ／スタイリスト私物

チェックシャツ部門

…チェック、なのにこんな…しいのはふんわり起毛…細身シルエットのおかげ…なくゴールドになったボ…細部にも抜かりなし！
…ジーンズ¥10290（ブラン…フリーズ　マート　パーカ…シップス　ジェットブル…本店（カージュ）　ブーツ…R&E渋谷109店）　ネックレ…0／ロー…（Ettika）

❶さわやかなブルー系のシャツワンピ。あえてサイズの違うブロックチェックを組み合わせているのがおしゃれ。／フリーズ　マート
❷クールな中にも清涼感が漂う黒×ブルーの組み合わせ。細身なので、ニットの下に重ね着するのもオススメ。／ミリオンカラッツ
❸赤×ネイビーのチェックに、グリーンのラインがさわやかさをプラス。小さめサイズ。／アース　ミュージック&エコロジー新宿
❹肩を落としたデザインや、切り込み式のポケットなど、大人っぽいディテールでスタイリッシュに決めて。／ジャイロホワイト
❺ボーイズみたいなビッグサイズを共布のリボンできゅっと引き締め。スキニーボトムと合わせてクールに着たい。／abc une face

蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

文句なしの可愛さでグランプリに輝いたのは、ピンクに大きめの花柄が印象的な「フリーズ マート」のシフォンワンピ！ 大きめフリルが胸もとを飾り、パーティーもOKな華やかさを実現。重ね着しやすい半袖なので、春まで着られるのもうれしいかぎり。
ワンピース／フリーズ マート
カーディガン¥4998／アース ミュージック＆エコロジー新宿 ブーツ¥7900／サジ

ラブリーなプリントに視線集中！
「フリーズ マート」のシフォンワンピース

¥6930

花柄ワンピース部門

3 ¥9345

2 ¥6930

1 ¥8190

黒ベースでシックに決め

冬こそ映える美しいブルー

4 ¥8925

5 ¥6930

❶黒のシフォン×ロース柄が… いセクシー。ギャザーベルト… たようなウエスト切替えも、… ハリボディに一役。／ジャイロ…
❷ブルーグリーンにピンクの… 柄シフォンを重ね、繊細な表… ギャザー使いも上品。／フリー… マート（フリーズ マート）
❸フェミニンなローズ柄のシ… ン素材を、ゴールドのスタッ… 今年らしいロックテイストに… ト。／ロイヤル パーティー…
❹きれいなブルー、タックとギャ… ザーがフェミニンなボディラ… を実現。／ヒロタ（トランテア… ソン ドゥ モード）
❺ドルマンスリーブが今年風。… テンのゴムベルトもお得でう… い！ ／フリーズ マート（… ージア バイ フリーズ マー…

ニットワンピース部門

3 ¥9975

スパンコールがキラキラ！

2 ¥5995

1 ¥5985

裾のフリンジがキュート！

4 ¥5985

5 ¥9975

❶大きめのロゴがインパクトたっぷり。辛口コートの中に仕込んで、キュートな遊び心をアピールしたい。／フリーズ マート
❷一見シンプルなモヘアのニットだけど、全面にシルバーのスパンコールがびっしり！ ／アース ミュージック＆エコロジー新宿
❸ピンクとシルバーの太めボーダーが目を引く一枚。ざっくりとしたローゲージも可愛い。／オンワード樫山（ローズブリット）
❹かぎ針編みとフリンジのティアードをミックス。どこかボヘミアンなムードが漂う一枚。／アイジーエー（アクシーズファム）
❺甘いベビーピンクのボーダーニットに、シルバーのニットフリルがアクセント。／ヒロタ（トランテアン ソン ドゥ モード）

シンプル、なのに地味じゃない。計算された大人っぽいシルエットで、着回し力も抜群。オフタートルやマフラーなど、さりげなく今年らしく着こなし上級レベル。
ワンピース／アイジーエー（アクシーズファム） ブーツ¥6195／三鈴商事（フラッパー） バッグ¥5985／クール ドゥ クルー ネックレス¥8920／ナノ・ユニバース 名古屋 バングル¥1995／ミリオンカラッツ

ゆったりシルエットが大人っぽい！
「アクシーズファム」のざっくりニットワンピ

¥5985

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

© PLATINUM GUILD INTERNATIONAL

あなたは、運命のひと。
この想いは、一生輝きつづける。
だから忘れない。
プラチナを贈ってくれた、この瞬間を。

LOVE = Platinum

それは、永遠の愛の証明、プラチナのエンゲージリング

エンゲージリング（プラチナ950/ダイヤモンド0.20～0.60ct）¥257,250～¥1,596, ）大沢商会グループ 03-5775-3933 ※価格は変更になる場合があります。
プラチナ・ギルド・インターナショナルは、プラチナ・ジュエリーの国際的広報機関です。

PLATINUM
純粋。希少。時をこえて、プラチナ。

vimeo.net
hudie.com

2 ¥2625
3 ¥3675
1 ¥6090
4 ¥4095

きれい色

❶きれいなフューシャピンクにグレイのボーダーが大人っぽさをプラス。グレイ部分に細かいラメ入り。／ビームス銀座(コロニヨン)
❷バイアス織りできちんと感があるので、色は派手でも大人っぽい雰囲気。手ざわりはしっとり柔らか。／ジ・エンポリアム
❸きれいなグリーンが冬のコーデをさわやかにブラッシュアップ。長めなので、巻くとかなりのボリューム感に。／SpRay渋谷109店
❹ふわふわのアンゴラモヘアを使用したフープ状のネックウォーマータイプ。優しいサーモンピンクがキュート。／ローズ　バッド

1 ¥2989
2 ¥5250
3 ¥2415
4 ¥4410
5 ¥6195

ファー

❶ランダムな動きが楽しいかぎ針編みの[illegible]ールを、ラビットファーでトリミング。[illegible]コーデに合わせて。／ハッシュアッシ[illegible]
❷ずっと触っていたくなる極上の手さわ[illegible]長めなので、巻かずにたらしても。／[illegible]ユニバース　横浜(フェルッチョ　ヴェ[illegible]
❸くるっと巻いて留めるだけで顔まわ[illegible]るくしてくれるピュアホワイトのファー[illegible]ール。／グランドエッジ　渋谷109店
❹毛足が長いので手ざわりふわふわ。[illegible]関係なく、ずっと使えるベーシックな[illegible]ンもうれしい。／アナップ　原宿竹下[illegible]
❺ふわっとゴージャスなラクーンファー[illegible]用。いつもの通勤でちょっとリッチ感を[illegible]たい時にも大活躍。／ヘザー

ストール部門

¥3045

ビッグサイズ、きれい色、スタッズつき！　今年らしいストールの条件を¥3000円で見事にクリアした一枚。モノトーンにくるっと巻くだけで旬コーデが完成！　ストール／abc une face　コート¥10290／ヘザー　Tシャツ¥5250／VIVAYOU　パンツ¥7245／シーナシス

サイズもデザインも文句なし！
『abc une face』のスタッズつき大判ストール

1 ¥1995
2 ¥3045
3 ¥6195
4 ¥1050
5 ¥4095

チェック

❶トラッドムード満点のイエロー×ネイビーの組み合わせ。テーシートと合わせてスクールガール風に。／クール　ドゥ　クルール
❷ブリティッシュなタータンチェックは流行のロックな着こなし[illegible]。[illegible]大判。／レプシィムローリーズファーム
❸カシミア入りだから肌ざわりは文句なし。モノトーンのグラデーションチェックが大人っぽい一枚。／アパートバイローリーズ
❹巻くだけでおしゃれに決まるシャーリング入りのストール。ブラック×パープルの配色もクール！　／ハッシュアッシュ
❺しわ加工のくしゃくしゃっとした表情がキュート！　裏は無地なので、巻き方次第でいろんな表情が楽しめる。／ローズ　バッド

1 ¥5775
2 ¥4935
3 ¥2940
4 ¥3680
5 ¥2625

アニマル

❶グレイベースにグレイのヒョウ柄なの[illegible]コントラストが強くなく、女らしい印象[illegible]／ミニマム（ミニマム　ミニマム）
❷強いイメージのレオパードだけど、[illegible]柔らかくふわふわ。このギャップがナイ[illegible]／オンワード樫山（ローズブリット）
❸ヒョウ柄が苦手なら、こんなジラフ柄[illegible]かが？　かなり薄手の一枚をふんわり[illegible]大人っぽく。／アナップ　原宿竹下通り[illegible]
❹くたっとした生地の落ち感がおしゃれ[illegible]りげなくあしらわれたラメラインとスパ[illegible]ールもポイント。／アクセサライズ原[illegible]
❺クールな印象のゼブラ柄も、ピンク&[illegible]ジュならこんなにラブリー。ジャカード[illegible]なので品よく巻ける。／ジ・エンポリア[illegible]

蝴蝶网 hudie.com

お口の恋人
LOTTE
物の生チョコを
すーいチョコで閉じ込めた
人のチョコレート
シャルロッテ
CHARLOTTE
モンドセレクション
2年連続
受賞
LOTTE
シャルロッテ
CHARLOTTE
パリッと とろっと ふたつの口どけ…
生チョコレート
LOTTE
シャルロッテ
CHARLOTTE
シャルロッテ〈コクのある生チョコレート〉
シャルロッテ〈なめらかなミルク生チョコレート〉
www.lotte.co.jp

きれいめ

❶レディなラメ入りツイードをパープルのエナメルでモダンにアレンジ。（19×32.5×13）／パサージュ　ミニョン（ジェネリーク）
❷驚くほど軽いボストンは大荷物派に。アンティーク風フェイクレザーも洗練された雰囲気。（14×34×18）／ニッセン（プチベリー）
❸チョコレートブラウンのエナメル素材。ットな冬コーデに光沢をきかせて。（25×35.5×10.5）／ニッセン（ニッセンスタイル）
❹バラが咲いたようなインパクトデザイン。黒レザーなら上品。スタッズ使いも今年風。（24×45×8）／ローズ　バッド（ヤウリー）
❺大きなゴールドスタッズは底にもびっし。肩かけにして底面を見せるとかなりロックな雰囲気に！　（31×33×13）／ビームス銀

バッグ部門

きれいめ、カジュアル、どっちもいける！

「ミリオンカラッツ」のフリンジショルダー

フリンジつきだけど上品さがあるから、通勤もカジュアルもいけちゃう！　大きめのサイズや素材感、ディテールの作りも優秀で、堂々のグランプリ決定！　バッグ（35×47×15）／ミリオンカラッツ　カーディガン¥12600／ナノ・ユニバース　渋谷（Lupe vita week end）　ワンピース¥8900／ミューラアム　フォー　シップス（アンド　ジャンプ）

❻つや感のある合皮とスエードのコンビ素材。ゴールドチェーンがリッチさを底上げ。（35×52×10）／ミスティック　原宿店
❼バイカラーのトートにメタルメッシュがハードなアクセント。開口部はファスナーつき。（33.5×32×12）／クール　ドゥ　クルール
❽華やかレッドがコーデの主役！　形が上品なので派手すぎず通勤にも。ポケットが多いのも魅力。（25×38×13）／オフザウォール
❾深みのあるグリーンに大きなバックルがアクセント。レディな着こなしに。（19×33×13）／パサージュ　ミニョン（ジェネリーク）
❿優しい手ざわりの合皮に、辛口スタッズで今年らしさをさりげなく。内側は上品なパープル。（19×38×13）／ジャイロホワイト

カジュアル

⓫スエードとエナメルのコンビショルダー。スタッズつきのリボンがアクセント。（33×36×6）／ミニマム（ミニマム　ミニマム）
⓬丸底がキュートなダルメシアン柄トート。ビッグサイズで使いやすい。（34×34×22）／パサージュ　ミニョン（ジェネリーク）
⓭ムートン風の素材感とポンポンの組み合わせが冬コーデをほっこりキュートに。（16×2×8）／ニッセン（ニッセンスタイル）
⓮金糸入りのニット素材。ポンポンははずしてストールにも。（28×49×0）／デュアルスレッド　有楽町マルイ店（クーコ）

⓯鮮やかピンクにフリンジを束ねた持ち手がユニーク。（25×46×6）／フリーズ　マート（フリーズ　マート　インターナショナル）
⓰総スパンコールでパンチをきかせて！　チェーンつきなのでショルダーにも。（12×29×1.5）／アクセサライズ原宿店
⓱ラビットファーつき……になった開口部とハンド……リボンにも注目。（23×36×13）／……店
⓲エナメル×ゴールドスタッズ……なムード。チェーンをはずせば……に。（19×19×5.5）／ビームス銀座（レイ　ビームス）
⓳流行のチェックをバッグで投入！　暖かいフリース素材……かなエナメルのコンビも新鮮。（3×30.5×1）／オフザウォール

GET MORE!
この特集で掲載した商品の一部がネットで購入できます！
サイトでは、本誌ページと連動した「安リッチアイテム」特集を掲載中！
http://getmore.jp

●本文中（　）内の数字は編集部で計測したバッグのサイズ（縦×横×マチ）で、単位はcmです

蝴蝶网 hudie.com

（右）ハニ　毛皮調
起毛素材で　ブラ柄
ぐっとエレガントに
フ　（0.5）／レプ
ィムロ－リ－ファ
ム　（中）ライバル
差がつくダルメシア
柄。（隠れヒール含
5）／三鈴商事（ト
インクトゥインク）
左）つやのあるブラ
ンのベルトバックル
トリムでクラス感を
入。（4）／ニッセ
（プチベリー）

洋服が売れ売れ! な
「コーエン」はパンプスも
旬デザイン満載!

5

コーデがこなれる
アニマル柄も、
手軽に入手可能♪

大好き黒コーデに
きく**赤パンプス**が
驚きの1000円台!!

エレガントな
異素材MIXも
約3000円♡

はいたのはこれ!

リッター入りのエナメルで、
っぽい発色が自慢。形、は
地ともにひとケタ足しても
議じゃないクオリティ！
6.5）／ハニーズ　渋谷109-
（コルザ）　ニット¥30450
オン）・パンツ¥11550／ビ
ス銀座　トレンカ¥1680／
オ（靴下屋）

右）大柄の千鳥格子に黒ベ
を配した、リッチ見えの鉄
ンビ。（3）／イマージュ
マージュ　コレクション）
エナメルの上品なつやが
のレディフォルム。(6.5)
ッセン(ニッセンスタイル)

「コーエン」には
こんなバリエが!

ヒョウ柄やグリッター、スタッズなど"ちょい辛"ディテールが大人気。（右·0.5）・（中・2）·（左・1）各¥4935／コーエン

ゴージャスな輝きの総スパンコール。はき口のトリムやリボンのエナメルも、リッチな見映えを後押し。ニット×テニムの鉄板コーデも、どこか上級者な雰囲気に。靴（1）／コーエン　ニット¥16800・シャツ¥14700／ブティック　トレイズ（バナー　バレット）　パンツ¥13650・ネックレス¥5775／シップス　ジェットブルー　原宿店（カージュ）　バングル各¥15750／ローガールズ（gorjana）

はいたのはこれ!

¥4935

●本文中（ ）内の数字は靴のヒールの高さで、単位はcmです

狙え! ¥5000「アラ5パンプス」135

yimee.net

脱出&おしゃれセンスUPに効果テキメンなバリエーション、とくとごらんあれ♡

掲載製品の問い合わせ先リストは P268

大本命の辛口ブーツ、
こんなに凝ってて
6000円台!?

モアスタッフも
太鼓判! **リアルファー**
つきもアラ9で♪

ミックスカラーのラビットファーを贅沢に使い、黒ビジューつきベルトでさらに高級感プラス。(7.5)/エスペランサ渋谷109店

おしゃれ度UPな
グレイニーハイも
買えちゃう

ヒールにスタッズをちりばめた、技ありディテールも注目 ブーツ(9.5)/シャルマン渋谷109店 ニット¥5985/フリーズ マート(フリージア バイ フリーズ マート) パンツ¥7350/ナノ・ユニバース グラウンドフロアー 渋谷 ヘッドドレスにしたネックレス¥245[illegible]/ナノ・ユニバース 名古屋(ペイング)

カジュアルブーツ
なら**「ピーチ・ジョン」**
におまかせ!

(右)8cmヒールをひそかに仕込んだウエスタン。この演[illegible]女の子の心理を熟知したブランドだからこそ♪ (隠れヒール含め8.5)・(左)ボーダーが[illegible]愛い! (2)/ピーチ・ジョン

¥6195

パンチング素材、スタッズ、取りはずし可能なフリンジ、そして仕上げは隠れヒール! まさかこの価格で実現するとは! ブーツ(隠れヒール含め8)/[illegible] ジャケット¥[illegible]/[illegible] Tシャツ¥[illegible]/グローバルワーク スカート¥14490/バビロン ネックレス¥8820/ナノ・ユニバース 名古屋(ナシェリ)

構成・文/鈴木絵美 撮影/MITSUO(モデル) 石沢義人(製品) ヘア&メイク/大木 愛 モデル/落合恭子 山田みお(2人ともモアモデル) スタイリスト/丸尾朋世 オブジェ制作/佐々木邦之

NON STOP! 安リッチ 431 2

¥9000 旬顔だけ「アラ9ブーツ」

コーデがますます華やぐうえに、お値段以上のクオリティを誇る旬デザインだけ選りすぐり! マン[illegible]

vimoe.net
蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

アラ9 ¥9000 ブーツ

おしゃれ度高いグレイ×リアルファーでこの価格!!

1 ¥7245
2 ¥9975
3 ¥6195
4 ¥6195
5 ¥7245
6 ¥7245
7 ¥6825
8 ¥7990
9 ¥9870
10 ¥7245
11 ¥9345
12 ¥7245

¥5985

⊕ファーは取りはずしできて便利! ブーツ(8.5)/シャルマン渋谷109店 カーディガン¥16800/ナノ・ユニバース グラウンドフロアー渋谷 シャツ¥11550・スカート¥27300/ミュージアム フォーシップス バッグ¥63000/シップス ジェットブルー 原宿店 ネックレス¥7140/ナノ・ユニバース 東京 メガネ¥2940/フリーズ マート タイツ¥840/タビオ(靴下屋)

13 ¥7980

きれいめフォルムが旬!

ショート丈

①上品なチョコ茶×ヒョウ柄のコンビ。×リボンで360度可愛い! (7)/三鈴商事(バニティービューティー) ②エナメルとツイードの異素材MIX。さらに取りはずし可能なポンポンで高級感を。(7)/三鈴商事(バニティービューティー) ③フロントのギャザーがこなれた足もとを演出。(6.5)/三鈴商事(トゥインクトゥインク) ④スエード風生地とキルティングの凝った切替えが美人フォルムに映える。(8.5)/神戸RANDA原宿店 ⑤フロントで交差する折り返し大人デザイン。(7.5)/三鈴商事(バニティービューティー) ⑥ヒールに施したスタッズが、スマートな形をいっそうシャープな表情に! (8)/三鈴商事(バニティービューティー) ⑦ボアのトリムやレースアップのカジュアルさを、高ヒールウェッジでシックに。(8)/神戸RANDA原宿店 ⑧足もとにボリュームをもたせた上級者テクも黒なら簡単。(5)/ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座 ⑨リアルファーとベージュの優しい配色がおしゃれな「抜き」に。(6.5)/ヘザー ⑩マット×つやのコンビで魅せる淑女なブーティ。(5.5)/三鈴商事(トゥインクトゥインク) ⑪折り返し部分を伸ばせばミドル丈に! (8)/REZOY渋谷109店 ⑫リボンを取ればギャザーが強調され辛めにシフト。(6)/ヤングファッション研究所(アーベー セー アン フェイス) ⑬大胆なファー使いがクールな形にマッチ。(9)/シャルマン渋谷109店

14 ¥6195
15 ¥7245
16 ¥6195
17 ¥6930
18 ¥8295
19 ¥6930
20 ¥5985

辛口カジュアルの"必須靴"

エンジニア

21 ¥5985
22 ¥9345
23 ¥3990
24 ¥4095
25 ¥7245

¥8295

⑭ステッチが際立つショート丈。(5)/ボニータ渋谷109-2店 ⑮細めヒール&ギャザーが女らしくスキニーに合わせたい! (7)/R&E渋谷109店 ⑯中間分のベルトにゴールドスタッズをさりげなく。落ち着きあるグレイは合わせやすくて便利。(3)/三鈴商事(フラッパー) ⑰ソフトな質感を生かしたギャザー入り。見た目の軽やかさと歩きやすさ、どっちも◎。(2.5)/キャンディッシュ ⑱コーデにほんのり辛さを加えたい日に使える明るめのブラウン。(4)/ジーフット(EDWIN) ⑲ヴィンテージな質感は、本革と見間違うほど! (3)/ジェリービーンズ(ミンクス) ⑳トゥ&かかとにスエード調生地を配したやわらかな印象のグレイ。(3)/三鈴商事(フラッパー) ㉑なめらかなつやとギャザーの出合いが好相性。(3.5)/ヤングファッション研究所(アーベー セー アン フェイス) ㉒ネイティブ柄の裏地が新鮮。(2)/三鈴商事(トゥインクトゥインク) ㉓ゴツゴツしたフォルムにBIGバックル。はくだけで即辛口が完成。(3.5)/R&E渋谷109店 ㉔細身でスッキリはけるスエード風。(2.5)/ジェリービーンズ(ミンクス) ㉕今季大人気な星スタッズをサイドとかかとにオン。見栄え抜群な一足。(4)/ボニータ渋谷109-2店

休日コーデがセンスよく締まる、つやめきブラック

⊕ゴツめなのに、ふくらはぎ部分がスッキリ見える優秀フォルム。つや感もマル! ブーツ(4)/ジェリービーンズ(ミンクス) ベスト¥90300/ローズ バッド(バンクーバー) シャツ¥7980・ベルト¥5145/ミリオンカラッツ タンクトップ¥8190/ミュージアム フォー シップス スカート¥15750/ナノ・ユニバース グラウンドフロアー渋谷 タイツ¥840・レッグウォーマー¥1365/タビオ(靴下屋)

蝴蝶网
www.hudie.net

キャメルに異素材MIX。
これぞ最強の"安リッチ"コンビ!

¥7980

[illegible]な光沢にリアルファー[illegible]スエード風レースア[illegible]リッチ見えな素材をたっぷり[illegible]用! ブーツ(2.5)/シャルマン渋谷109店 ポンチョ風に使ったスカート[illegible]6900・パンツ¥16800/プティ[illegible]トレイア[illegible] [illegible]ラッツ

デザインバリエ大充実!

もこもこ

❼隠しヒールに加え、はき口のギャザーや毛足の短いファー&レースアップと美脚ポイントをキープ。(隠れヒール含め6.5)/三鈴商事(トゥインクトゥインク) ❽ラインストーンスタッズをちりばめ、軽快な印象に。(2)/R&E渋谷109店 ❾リブニットの折り返しでさらなる温かみをプラスした、大人っぽくなじみのいいカーキ。(2.5)/イクヌーザ(ソロ&ダブル) ❿ハードなスタッズベルトが今年らしいハラコ毛皮風。(2.5)/イクヌーザ(ソロ&ダブル) ⓫淡いベージュ生地にほんのり浮かぶ星柄ステッチがニクイ! (1.5)/ジェリービーンズ(ミンクス)

❶どんなボトムとも好バランスな丈に加え、はき回し力に長けた[illegible] (1.5)/エスペランサ渋谷109[illegible] ❷トグルボタンとタッセルを施した横顔が可愛い一品。(1)/三鈴商事(フラッパー) ❸エスニック風味のトリム×たっぷりのファー使いで旬の"森ガール"漂[illegible] (1)/三鈴商事(フラッパー) ❹ブーツインしてももたつかないはき口のカッティングに一票。(2)/フリーズ マート ❺折り返しやレースアップが定番フォルムに変化球を。(2)/三鈴商事(フラッパー) ❻クロスステッチがさらにウォーミーさを醸します。(0.5)/ローリーズファーム

美脚&トレンド、両方入手!

ニーハイ

⓲細い筒幅と長~い丈がまっすぐ脚を強調する定番型は、流行色のグレイが買い。(8)/キャンディッシュ ⓳脚全体が華奢に見えるクラシカルなフォルムが、ゴールドスタッズで華やぐ! (7.5)/イマージュ(イマージュ ルージュ) ⓴はやりのペタンコデザインをむら染めグレイでランクUP。(1)/ローリーズファーム ㉑しわ加工で味を出した乗馬ブーツ風シルエット。(2.5)/ジェリービーンズ(ミンクス) ㉒デニムのブーツインもシックに仕上がるこげ茶。(1)/三鈴商事(フラッパー) ㉓もこもこ&ベルト使いと値段以上のディテール。(7)/ニッセン(ニッセンスタイル)

⓬味のあるレザーの質感を見事に演出したキャメルカラーに、フリンジつきベルトをデコレート。(9[illegible]/神戸RANDA原宿店(Jeral) ⓭品のいいグレイジュが引き立つシンプルな形。(8.5)/シャルマン渋谷109店 ⓮いろんな着こなしに活躍するマットな黒。生地も柔らかく歩きやすい。(7)/フリーズ マート ⓯甲幅が広め&太ヒールで安定感あり。サイドの縦[illegible]ームも美脚に一役。(7)/ヘ[illegible]ー ⓰ラビットファーがタイト[illegible]形をよりエレガントに。(10)/シャルマン渋谷109店 ⓱折り返[illegible]を伸ばしても映えるよう、はき口のスタッズトリムを両面に採用 (6)/ジェリービーンズ

vimeo.net 慧美网
hudie.com 蝴蝶网

はくだけでレディな雰囲気♡

フロントモチーフ

アラ5 ¥5000 パンプス

ラグジュアリーな輝きでデニムがぐっと女っぽく!

¥2990 5

¥1990 4

¥5995 3

¥4179 6

¥2990 7

¥5670 8

¥5900 9

⑧大粒のビジューでお目立ち！つま先がしっかりホールドされ、高ヒールでも歩きやすい。(9)／神戸RANDA原宿店 ⑨グレイ×ゴールドの新鮮配色は、リボンがはずせる2Way。(7)／イーエービー ⑩ビーズのお花やはき口のサテントリムがゴージャス。(3)／神戸RANDA原宿店 (Petit Doll) ⑪冬の街に映えるオフ白に華奢ビジュー。デートにぴったり。(7)／神戸RANDA原宿店 (Petit Doll) ⑫リボンのステッチがフェミニンさを強調。(6)／ニッセン (ニッセンスタイル) ⑬リボンにステッチ、裏地にボーダー柄と細部まで凝ってる。(6)／イマージュ (イマージュ ルージュ) ⑭正統派フォルムのモノトーンは一足あると便利。(6)／イマージュ (イマージュ ルージュ) ⑮リボンにスタッズを施し甘辛MIX。(4)／神戸RANDA原宿店 (Petit Doll)

①コサージュを取ってはいてもスタイリッシュなグレイ。(4.5)／ニッセン (ニッセンスタイル) ②スモーキーピンクの甘さをほどよく締める黒ビジュー。通勤にもマル。(5.5)／イマージュ (イマージュ コレクション) ③厚みのある千鳥格子のツイードは季節感の演出に！ (3)／ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座 ④スエード風生地×エナメルベルトの異素材MIXはテイストを選ばず重宝。(4.5)／ニッセン (プチベリー) ⑤グリッターの輝きとベロアリボンの質感のコントラストがリッチ。(6.5)／ニッセン(ニッセンスタイル) ⑥コーデのアクセントにきく、トラッドチェックにプチリボンを。(6.5)／イマージュ (イマージュ コレクション) ⑦トウに配した型押し素材で、さらに高級感UP。(5)／ニッセン (ニッセンスタイル)

¥1990 1

出ました! 使える2Wayで1000円台!!

¥3129 2

¥5229 14

¥2990 12

¥5880 10

¥5880 11

¥5145 15

¥4179 13

ヴィンテージっぽい加工のシルバーメタリックに、ブラックビジューをきかせリッチ度満点。カジュアルの"はずし"から、お呼ばれまで幅広く使える！ 靴 (8.5)／神戸RANDA原宿店 (Petit Doll) ジャケット¥30450／リッジリン 名古屋パルコ店 Tシャツ¥2310／ローリーズファーム パンツ¥6930・バッグ (参考商品)／フリーズ マート ネックレス¥15750／アナトリエ 神南店 (エメ)

はいたのはこれ!

¥5880

コーデの印象ガラッと一新!

華やぎビビッド

¥4935 23

¥1999 17

¥5145 24

¥4935 18

¥4900 25

¥1995 19

¥5145 26

¥5985 20

¥4725 27

¥4935 21

¥1990 28

¥1990 22

¥5145 29

コーデのマンネリ打破にきく存在感!

¥4725 30

はき回し力とルックスどっちも優秀!

…沢のブルーグリーン&ブラッ…フォーム型がラグジュアリーな…感。(9)／ボニータ渋谷109… ㉔はき口が浅く細身なので…めピンク…上品。(5.5)／三…事 (トゥインクトゥインク) …ラックスカジュアルにはまそ…やかなパープル。(5.5)／イ…ービー ㉖し…加工のブルー…ップで辛口ニュアンスを。(8)…戸RANDA原宿店 (Jeral) ㉗…ツイードのロイヤルブルーを…ールのウェッジソールでクー…ルに。(10)／神戸RANDA原宿… ㉘シンプルなエナメルピンク…オールシーズン対応可能！…／キャンディッシュ ㉙イン…ルのかかとに厚手クッション…で歩きやすさ抜群。(5.5)／…ク アドベ ㉚視線集中まち…ナシなチェック柄。ヒールも…柄をあしらい、横顔がきれい。…)／神戸RANDA原宿店

⑯ラメ入りのツイード生地がおしゃれなプラットフォーム型。(9.5)／神戸RANDA原宿店 ⑰ショッキングピンクの発色が目に飛び込むシンプルフォルム。(2.5)／セスト…センソ ⑱ウール地のチェック柄…ちょいロックな一足。(6.5)／シャルマン渋谷109店 ⑲エナメルのつやとグリーンのグラデーションが新鮮！ 安定感のある太めヒールも魅力。(5.5)／大中渋谷店 ⑳上品な雰囲気のディープパープル…なフォルムで、指のつけ根に負担がかかりにくい。足先の返りもポイント高し。(6.5)／シャルマン渋谷109店 ㉑落ち着いた色合いのパープルは、黒感覚でテイストを問わずはき回せる。(6)／コーエン ㉒通勤スタイルにも浮かない色合いだけど、華やかさはしっかり主張するスエード風。(6)／ニッセン(ニッセンスタイル)

ピーコックグリーンの光沢が最高のアクセサリー♪

はいたのはこれ!

華奢な高ヒールながら、ホールド力&インソールの厚手クッションで疲れにくいのがポイント。イベント盛りだくさんなこれからの時季、買って損なし！ 靴 (8.5)／シャルマン渋谷109店 ワンピース¥25200／ミミ&ロジャー レギンス¥1050／タビオ (靴下屋) バッグ¥3990／フリーズ マート (バニティー バイ フリーズ) ティペット¥12600／シップス ジェットブルー 原宿店 (カージュ)

¥4935 16

¥5985

蝴蝶 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

今シーズン空前の大HIT靴

フラットシューズ

⑪輝きがストレートに目に飛び込むシャンパンゴールドは、パーティーにもGOOD！（2）／神戸RANDA原宿店（Petit Doll） ⑫優しい配色で合わせやすい、ハラコ毛皮風のアニマル柄。（1）／シャルマン渋谷109店 ⑬明度の高いパープルをスエード風生地で。インソールはキッチュな星柄♡（1）／大中渋谷店 ⑭おしゃれな"はずし"に使えるリボンイラスト。（1）／ビーチ・ジョン ⑮インソールに4cmものヒールを仕込んだ美脚フラット。（隠れヒール含め5）／キャンディッシュ ⑯フロントにジップ、裏地にエスニック柄とこだわりが光る。(0.5)／フリーズ マート ⑰ラインストーンをちりばめ華やぎ満点！（隠れヒール含め4）／三鈴商事（バニティービューティー） ⑱サイドのカッティングでカジュアルな星柄を女の子っぽく。(0.5)／ボニータ渋谷109-②店 ⑲軽快さとリッチさが手に入るシルバーを、愛らしいバレエデザインで。(2)／ボニータ渋谷109-②店 ⑳スクエアトウ&スタッズをドットのインソールでポップに味つけ。(0.5)／フリーズ マート

①切替えや縫い目のないシンプ
なフォルムにリボンが映える。(
／ビーチ・ジョン ②柔らかな
ロア生地のバレエシューズ。サ
ンのモチーフとの異素材コンビ
素敵。（1）／コーエン ③
たようなつやを放つシルバーの
リッターは、甘め&辛め両方
(1.5)／シャルマン渋谷109店
つま先の切替えで、さりげなく
ッチさをアピール！ (0.5)／
ブシィムローリーズファーム
はりのあるエナメルにギャザー
寄せてフェミニンに。コサージ
は取りはずしOK。（1）／大
渋谷店 ⑥ピンクのハートとク
アビジューが強めな赤をガーリ
に。(0.5)／デアディア渋谷店
⑦黒エナメルが効いてる鮮やか
赤ツイード。(0.5)／神戸RAN
原宿店 ⑧人気のヒョウ柄をパ
ルやビジューで大胆デコレーシ
ン！ (0.5)／アイジーエー(ア
シーズファム) ⑨大人っぽさ
自慢のブロンズグリッター。ふ
ふかなクッション入り♪ (1.5
／ボニータ渋谷109-②店 ⑩
目やスタッズで仕上げたリボン
今年らしい。(0.5)／フリーズ
マート

●星スタッズをフロントとかかとに配したデザインで後ろ姿も自慢！スエード風のリッチ見え素材とトレンドモチーフのコンビは、シンプル服にさらりと合わせたい。靴（1.5）／神戸RANDA原宿店（Jeral） ニット¥13650／ミミ&ロジャー パンツ¥14700／ビームス銀座（レイ ビームス） ネックレス¥15960／ローガールズ（gorjana） バングル各¥4725／シップス ジェットブルー 原宿

㉑かかとをしっかり包むので、ありがちな"パカパカ"感ゼロ！（隠れヒール含め3）／馬里奈（ブランコワール） ㉒コーデが大人めに仕上がるグリーン系チェックのスクエアトウ。(0.5)／キャンディッシュ ㉓"アラ5"とは思えない豪快なビジュー使いが最高。（1）／三鈴商事（トゥインクル トゥインクル） ㉔コーデのスパイスに最適な旬の総スパンコール。（1）／フリーズ マート ㉕そのままでも十分高く見えるロイヤルブルーにスタッズを飾り、驚きの1000円台！ (0.5)／ボニータ池袋アルパ店 ㉖小粒のスタッズをちりばめ、色で上品さをキープ。（1）／ボニータ池袋アルパ店 ㉗チェック×星スタッズ、2大トレンドをギュッと凝縮。(1.5)／神戸RANDA原宿店（Jeral）

疲れなくって可愛い!

ストラップ

●低ヒールながら女性らしいことを演出するとんがりトウ。(3)／ボニータ　店 ●コスチュームとコレースのトリムできめたガーリーデザイン。甲幅は広く、はき口は浅めなので、歩きやすさと華奢見せが両方かなう。（3）／ハッシュアッシュ ●大きなお花がアクセントのアンクルストラップ。(5.5)／馬里奈（ブランコワール） ●なだらかにデザインされたウェッジソールはまるでフラット靴のような安定感がある。(3.5)／キャンディッシュ

●エナメルレザーのようなつやとギャザーの組み合わせがリッチ見えを加速！ (5.5)／ボニータ渋谷109-②店 ●シルバーのヒールが甘さを引き締めカーキ。(4.5)／神戸RANDA原宿店(Jeral) ●白×ブロンズのきれいめ配色は、通勤コーデの鮮度UPに。(4.5)／キャンディッシュ ●太いゴムストラップで甲がしっかり固定され、安定感バッチリ。(5.5)／大中渋谷店 ●ギャザーベルトを取りはずすと、女っぽいフォルムが際立つ。（6）／イーエービー

慧美网
vmeet.net

深まる環境ダメージ。
エスティ ローダーだから追求できる
美容液の新しい可能性があります。

New. Advanced Night Repair

新 アドバンス ナイト リペア

変わらない美しさへ。次世代美容液 誕生。

私たちの最高の処方がさらに進化。

美容液を通して長年変わらない美しさを届けてきた
「アドバンス ナイト リペア」。エスティ ローダーの25年にわたる研究から
生まれたクロノラックス™ テクノロジー*で、新たな道を切り開きます。

すべての女性のための美容液。

紫外線、タバコの煙、大気汚染など、悪化する肌環境と多様なストレスと
日々闘う、いまを生きる肌に。新 アドバンス ナイト リペアは、
毎日お使いいただくことで、乾燥など環境によるダメージから肌を守り、
ハリとうるおいを与えます。若々しく健康的な肌へ。
その一歩をサポートします。

それは、未来のテクノロジー。いま、あなたの肌に。

新製品

アドバンス ナイト リペア SR コンプレックス
30mL 8,000円(税込 8,400円)／50mL 12,500円(税込 13,125円)

その実感をあなたの肌で。いますぐサンプルでお確かめください。

お近くの有名百貨店エスティローダー コーナーに、ぜひ、お立ち寄りください。
数に限りがございますので、品切れの際はご了承ください。

*アミノ酸の一種が配合されたテクノロジー

新アドバンス ナイト リペアのキャンペーン情報はこちら
オフィシャルサイト ► esteelauder.co.jp/anr/
モバイルサイト ► estee.jp/anr/

慧美网
yimeo.net

ESTEE LAUDER

お近くの有名百貨店エ[illegible]ローダー[illegible]3-5251-3386まで。表示価格は希望小売価格です。

蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

蝴蝶网
hudie.com

選べる！ 遊べる！ダイヤモンド。

DIAMOND

ハイクオリティなダイヤモンドを、もっと自由に楽しむための
ジュエリーブランド"DIAMOND BAR"から、第2弾がデビュー。
トップのモチーフと、チェーンのバリエーションから自由に選んで組み合わせることで、
自分だけのオリジナルネックレスを作ることができるコレクションです。
パーティの季節に、大切なひとへの贈り物に… さあ、この世でたったひとつの輝きを。

DIAMOND BAR 2nd COLLECTION produced by 藤原美智子

ご好評をいただいた1st COLLECTIONに引き続き、ヘア&メイクアップアーティスト・藤原美智子さんとのコラボレーション。大人の甘さを象徴する花のモチーフと、少しだけ辛口なベビーリングの絶妙なバランス。「女性の鎖骨って、セクシー。」という藤原さんならではの感性が生きたデザインは、デコルテのラインにフィットし、鎖骨自体をまるでジュエリーのように美しく見せてくれます。

藤原さんおすすめコーディネイト

total ¥95,000

ダイヤモンドネックレス
トップ部分 左から（全て税込）¥21,000、¥43,000、¥19,000　チェーン¥12,000（税込）

カタログのご請求はこちら　〈TEL 年中無休 9:00～21:00〉（12/29～1/3はのぞく） 0120-3234-81 / 〈MOBILE〉

空メールアドレス：db2mag@mjc.mjmk.jp

カタログのご請求・商品のご購入はこちら www.diamond-bar.jp　ダイヤモンドバー　検索

ダイヤモンドネックレス トップ部分 左ページ（全て税込）
1.（左から）¥37,000、¥143,000　2.（左から）¥15,000、¥20,000、¥33,000、¥15,000　3.（左から）¥34,000、¥36,000
4.（左から）¥21,000、¥43,000、¥19,000　5.（左から）¥19,000、¥18,000、¥15,000　6.（左から）¥16,000、¥129,000、¥16,000、¥13,000
7.（左から）¥16,000、¥62,000、¥20,000、¥19,000　8.（左から）¥34,000、¥143,000、¥21,000　チェーン別売 各¥12,000（税込）

MJCは、金の生産会社として100年を超える歴史を持つ、三菱マテリアルのジュエリーブランドです。今までにないクオリティとプライスで、ジュエリーの新たな価値を創ります。

本物は、高くない。

MJC

慧美网
vimeee.net

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

黒でコーデバトル

クロゼットに必ずある、旬&定番の
黒アイテムをもっともっと
おしゃれに活用したい！ その悩み、
4人のスタイリストが解決します。

撮影／mitsuo（モデル） 坂田幸一（製品） ヘア&メイク／川添カユミ
（ヌーデ／P66~69、P75、P77） 吉岡美幸（P66~67、P70~73）
モデル／山田みお（モアモデル） 大屋夏南 紗耶 ナオ 竹下玲奈 田中美保
スタイリスト／石上美津江（P75、P77） 大平典子 松野裕子 菊池かおり

手持ちの黒 BATTLE 1

辛口ムードが旬
黒Vニット

大平典子さん
シンプルコーデに甘さをひとさじ

×上品レーススカート

ニュアンスカラーのレースで大人の可愛さを印象づけて

←「シンプルなVニットにさりげなく華やかさをプラスしてくれるのは、レースのティアードスカート。ヴィンテージ風のグレイッシュベージュトーンが、黒を大人っぽくも可愛らしく引き立ててくれます」
ニット¥33600／ドゥロワー 青山店 スカート¥40950／イデアディール オペーク丸の内店（アンプルパプゾエ） 靴¥58800／ラ・グラン アクアガール青山（ピッピ） バッグ¥52500／アングローバル ショップ 表参道（ピロウ ザ ベルト） ネックレス¥1995／フリーズ マート ハイソックス¥1470／タビオ（ショセット）

石上美津江さん
ベーシック+上品トレンドのバランス派

×タックパンツ

辛口ニットに辛口パンツ。甘度ゼロの着こなしが気分

→「Vニット自体が辛口のアイテム。きれいめだけどクールなタック入りパンツを相棒に。ブーティやアニマル柄クラッチなど小物も辛め志向で着こなしてみて」
ニット¥12390／ビアズリー 自由が丘店 パンツ¥13650・ネックレス¥19950（マルシア モーラン）／スピック&スパン ノーブル 六本木ヒルズ店 靴¥29400／ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 バッグ¥16590／バビロン 帽子¥9450／パンソー 表参道店 マフラー¥5880（ハイランド）・サスペンダー¥6195／ローズ バッド

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

人気スタイリスト、ガチンコ7番勝負!
絶対持ってる激変☆

カジュアルトレンドを積極投入!
菊池かおりさん

×ドレッシーワンピ

「よそ行きOKなワンピースで気負わずにドレスアップ!」

『ベーシックなVニットこそ、意外性のあるレイヤードが楽しめるもの。お招ばれ服にしてたドレッシーなワンピの上に重ねても、こんなにはまるんです。同系色のファーベストをさらに重ねた、セレブ風のカジュアルMIXもOK!』ニット¥11500／ル ドーム イエナ丸の内店 ワンピース¥5990／H&M ヘネス・アンド・マウリッツ・ジャパン（H&M） ベスト¥39900／シンゾーン 表参道（マイ ダルタニアン） 靴¥27825／アナザーエディション 原宿本店 バッグ¥40950／ハリス（アヴリル ガウ）

辛モードの足し引きが得意ワザ!
松野裕子さん

×白ブラウス

「ブラウスとパールの"白"で黒コーデを品よく格上げして」

『今どきなゆるVニットにグレイスキニー×ロングブーツでメリハリを出すコーデは鉄板! さらに一歩進むなら、衿もとにおしゃれな抜けをつくる白ブラウスを投入。品を高めるパールネックレスも強い味方』ニット¥14700（ダブルスタンダードクロージング）・タイつきブラウス¥17850（ソブ）／フィルム パンツ¥15750／アンドマーカス（ジルテッド ユース） 靴¥71400／アクアガール新宿（アナザ） バッグ¥283 50／アングローバル ショップ 表参道 帽子¥630 ／チャオパニック原宿店 ネックレス¥1995／フリーズ マート 2連ブレスレット¥10290／クルーン ア ソング 新宿ルミネ1店（ジュヌヴィエーヴ）

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

手持ちの黒
BATTLE 2

大人に格上げアウター
黒テーラード

大平典子さん
×チェックシャツ
赤いチェックシャツでカジュアルダウン！

テーラード×ロゴTという定番コー 赤いチェックシャツで旬のロック ドをさらに盛り込んで。ボトムもタ もブーツも黒でひとつなぎにすると、 ストでさした赤が引き立ちます」
ャット¥40950／シンゾーン 銀座 ¥18900／マイ ダルタニアン Tシ ¥7140・ニットつきブーツ¥31500／ 青山 スカート¥26250／アング ベル ショップ 表参道（ホワッツ ムズ アラウンド ゴーズ アラウ バッグ¥27300／アメリカンラグ ー銀座マロニエゲート店 マフラー 0／ビューティ＆ユース ユナイテ アローズ 渋谷キャットストリート ジョディー アーデン） タイツ¥ アツギ（ミラキャラットガール）

「脚長シルエットだけど裾にボリューム感のあるブーツカットデニム×超定番のコンバース。こんなプレッピーなムードも黒テーラードならなじみやすい。プリントストールはコーデのアクセント＆重心アップの両方に効果的！」
ジャケット¥35700／アダム エ ロペ Tシャツ¥6930／フリーズ マート ジーンズ¥26250／シンゾーン 銀座 靴¥5565／コンバース バッグ¥16800／NINE 青山 ストール¥44100／ドゥーズィエム クラス ラリュー ピアス¥11550／スピック＆スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店 3連バングル¥7980／TOMORROWLAND（a.v.max）

石上美津江さん
×ブーツカットデニム
デニム×コンバースで大人プレッピーを目指す

松野裕子さん
×ロングワンピ
しなやかなロングワンピでクールフェミニンを狙って

「ロングワンピースを合わせるだけで、全身のバランスがリフレッシュ！ しなやかに揺れるグレイのニットワンピは、テーラードにちょうどいいクールな女らしさが魅力。ウエストに甘すぎないピンクのベルトをシェイピングするのもおすすめ」
ジャケット¥90300／イドレステリア 神南本店（マウロ グリフォーニ） ワンピース¥18900・ベルト¥12600／NINE 青山 靴¥71400／アナトリエ神南店 バッグ¥11550／デュアル スレッド 有楽町マルイ店 ストール¥19950／フィルム（ダブルスタンダードクロージング アクセソワ） ネックレス¥2730／フリーズ マート

菊池かおりさん
×レーススカート
マニッシュなレイヤードにとびきり甘いスカートをオン

「ロングテーラードとリブカーディガンの重ねワザで上半身はマニッシュに、その分、ボトムはうんと軽く女らしいレーススカートでハッとさせるのがコツ！」
ジャケット¥39900／パンソー 表参道店 カーディガン¥46200／ドゥロワー 丸の内店 タンクトップ¥5775・スカート¥35700／NINE 青山 靴¥18690／アナザーエディション 原宿本店 ネックレス¥50400／ショール セッション（ニンフス） タイツ¥840／タビオ（靴下屋）

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

手持ちの黒
BATTLE 3

着回し力はダントツNo.1
黒タートル

蝴蝶网
hudie.com

菊池かおりさん
×黒ミニスカート
「黒×黒もガーリーに決まる、一点ピンクの魅力に目覚める」

「コンパクトな黒タートルは
ガーリーに着たい気分。ふ
ボリューミーな黒ミニにタッ
ンしたり、足もとにキュート
ンクを投入したり、アイテム
も着こなしワザも女の子らし
ニット¥26250／ドレステリア
座店　スカート¥3490（H&M
ded）・靴¥4990（H&M）／H&M
ネス・アンド・マウリッツ・
パン帽子¥12600・ネックレス
650／ル ドーム　イエナ丸の
バッジ¥1260・手袋¥6720／
ム　エ　ロベ　タイツ¥609
ウーズィエム　クラス　ラ

石上美津江さん
×チノショーパン
「『アメカジ』アイテム投入でリラックスムードに」

「チノパンやチェックシャツでゆる可愛く着くずすのも新鮮。小物もカジュアルムードで揃えてみて」
ニット¥39900／ドレステリア　神南本店　シャツ¥12600／トコ　パシフィック　青山店（ラブ　フリー）　パンツ¥9975／ナノ・ユニバース　グラウンドフロアー　渋谷　靴¥24150／ブティック　トレイズ（バナー　バレット）　バッグ¥7140／ミュージアム　フォーシップス　メガネ¥25200・ブローチ¥4725・時計¥7140／ビームス　ボーイ池袋　ブレスレット¥7980／フリーズ　マート　ソックス¥1470／タビオ（靴下屋）

慧美网
vimee.net

大平典子さん
×パールネックレス
「ワンピと重ねる王道コーデにパールネックレスで旬度アップ」

「主役ワンピースに、黒タートルを重ねるワザは今年もあり！　ただし、そこに旬小物をトッピングするのが大切。デザイン違いのパールネックレスを重ねづけしたり、ニーハイブーツを合わせたり、モードなアレンジを忘れずに」
ニット¥35700／ドゥロワー　福岡店　ワンピース¥16800／ミミ&ロジャー　靴¥60900／アクアガール新宿　バッグ¥47250／ラ・グラン　アクアガール青山　フリルネックレス¥5880・ラウンドネックレス¥7875／ビームス　street　1F（bpr ビームス）　レギンス¥3570／スピック＆スパン　ノーブル六本木ヒルズ店

松野裕子さん
×プリントショーパン
「気になってるレオパード柄は、黒ではさみ込めば簡単！」

「旬のプリントアイテムは、『黒ではさむ法則』でトライしてみて。黒タートル×黒ニーハイにレオパード柄をきかせるだけで、ちょっと上いくコーデに変身！」
ニット¥16800／クルーン　ア　ソング　プレスルーム（コルテスワークス）　パンツ¥13650／パピヨネ銀座店　靴¥90300／シャンデリエ　渋谷（マーク　バイ　マーク　ジェイコブス）　バッグ¥126000／ドゥーズィエム　クラス　ラリュー（アニヤ　ハインドマーチ）　ストール¥19950／ブティック　トレイズ　ブレスレット¥30450／アクアガール代官山（ミリアム・ハスケル）

菊池かおりさん
×ロゴカットソー
スポーティムードで大人っぽさを強調して

入りカットソーはデニムに
るとボーイッシュになりが
ールアップしたきれいめク
ンツとなら、こなれた印象
なせます。黒スニーカーや
クストールも、コーデの「仕
イントとして活用して」
¥19950／ハリス　スウェッ
00／ファウンドフレス恵比
ャツ¥13650／ミニョン　ル
本店（アナカ）　靴¥5565
ース　バッグ¥98700／ド
ー　青山店（マニッシュ
ラ）　ネックレス¥27300／
ー　ストール¥63000／ドゥ
丸の内店

大平典子さん
×ラメ入りニット
きらきらニット×ストールでシンプルおしゃれに決める

「グレイ×黒の定番配色。シンプルなのにおしゃれ！　と思わせるコツは、ラメ入りニットやメタリック小物、プリントストールなど、辛口モードにこだわること」
パンツ¥11550／ビームス　street 1F　ニット¥52500／ドゥロワー　青山店　靴¥33600／ユナイテッドアローズ　原宿本店　ウィメンズ館（ピッピ）　バッグ¥12600／スピック＆スパン　ノーブル　六本木ヒルズ店　ヘアバンド¥3465／アナザーエディション　原宿本店　ストール¥22050／アクアガール　新宿（リカ）　ブレスレット¥29250／ドゥロワー　福岡店

手持ちの黒
BATTLE 4
大人の新☆主役ボトム
黒タックパンツ

松野裕子さん
×レースブラウス
辛口タックパンツは甘さの

「スウィートなカットワークレースを大人にシフトしてくれるのは、やはり黒パンツ。『上甘×下辛』を黒でつなぎ、赤を一点きかせるのが色のチェンジのポイント」
パンツ¥24150／フィルム（ソブ）　ブラウス¥9345／ミスティック　原宿店　靴¥30450／ドレステリア　神南本店　バッグ¥99750／ユナイテッドアローズ　原宿本店　ウィメンズ館（アニヤ　ハインドマーチ）　帽子¥28250／アクアガール代官山　ネックレス¥3990／ヒロタ（トランテアン　ソン　ドゥ　モード）　6連ブレスレット¥2415／アパートバイローリーズ

石上美津江さん
×ツイードジャケット
きれいめコーデに旬小物でカジュアル感をMIX！

「女らしいツイードジャケットと、きれいめタックパンツは相性抜群。でも『かっちりしすぎ』に見えたらもったいなし。黒Tやチェーンバッグ、ニット帽など攻めカジュアルをMIXするくらいがちょうどいい」
パンツ¥12810／スナイデル　ジャケット¥25200／シップス　ジェットブルー　原宿店（カージュ）　Tシャツ¥7875／NINE　青山　靴¥17850／スピック＆スパン　仙台パルコ店　バッグ¥29400・ネックレス¥18800／アバハウス・ドゥヴィネット　リュクス代官山店　帽子¥8925／ミュージアム　フォーシップス

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

手持ちの黒
BATTLE 5

抑えた甘さが人気
黒ティアード

菊池かおりさん
×ミリタリーコート
きれいめブラックをひとクセコートでカジュアルダウン

「サテントップスやブーティを合わせ、ドレッシーな黒コーデに。そこに迷彩柄のコートをはおれば誰ともかぶらない着こなしが完成」スカート¥18900／エミスフェール青山店 コート¥39900／バンリー・表参道店 Tシャツ¥16800／NE 青山 靴¥7990／H&M ヘネス・アンド・マウリッツ・ジャパン（H&M） ロングネックレス¥33600／アダム エ ロペ（ルル フロスト） ネックレス¥19950／アガット ソックス¥2100／ドゥロワー 青山店（ブルー フォレ）

大平典子さん
×光沢ダウンベスト
きらきらのダウンベストで可愛くスポーティに攻める

「今年はダウンにもスパンコールつきが登場。プレーンなティアードスカートが、たちまち華やかに」スカート¥25200／バナシェ（シェリー） ベスト¥72450（ピレネックス バイ アレクシ マビーユ）・バッグ¥103950（リカ）／ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 Tシャツ¥11550／ネイション ショールーム 靴¥26880／ビームス ボーイ池袋（レッド ウィング） レッグウォーマー¥1680／タビオ（ショセット）

松野裕子さん
×ポンチョ
冬ならではのボヘミアンMIXで印象チェンジ！

「[illegible]だけど、[illegible]ティア[illegible]との相性[illegible]抑え[illegible]のが[illegible]」スカート[illegible]ンチョ¥14700／ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館（ポ[illegible]）[illegible]NINE 青山 靴[illegible]バッグ¥10500／ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 スタイルフォーリビング ネックレス¥4935／ヒロタ（トランテアン ソン ドゥ モード） グローブ¥4095／デュアル スレッド 有楽町マルイ店 タイツ¥1050／ミスティック 原宿店

石上美津江さん
×黒ボーダー
ボーダー×パールの上品コンビでパリジェンヌ気分

「シンプルボーダーとのワンツーコーデに、ロングパールネックレスやメタリックバッグ、サテンシューズなど華あり小物をプラスして、やんちゃなパリジェンヌをイメージ」スカート¥27300／ミュージアム フォー シップス ニット¥17850／メルシェリア ドレステリア 新宿本店 靴¥16800／ラックレール 銀座店 バッグ¥18900／ビームス 銀座 IE（アイモーニ） ネックレス¥10290・タイツ¥6090／ブティック トレイズ グローブ¥16800／ルドーム イエナ丸の内店

蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

手持ちの黒

BATTLE 6

オールシーズン活躍 黒ショーパン

菊池かおりさん ×オーバーサイズシャツ

オーバーサイズのシャツで今どきバランスをゲット

[illegible]トパンツをおおうくらい[illegible]ーバーサイズシャツで旬[illegible]バランスをつくって、カ[illegible]ストやフリンジバッグで[illegible]ックにまとめて©GOOD」[illegible]990／H&M ヘネス・アン[illegible]リッツ・ジャパン（H&M）[illegible]0400／アパルトモン ド[illegible]エム・クラス[illegible]店 ノ[illegible]00／ル ドーム イエナ[illegible] タンクトップ￥7245／[illegible]ルミネ新宿店 靴￥514[illegible]ス バッグ￥29400／アー[illegible]ーチ ロッソ 京都店

大平典子さん ×ロングニット

ベージュのニット＆ブーツで好印象なフェミカジにシフト

「黒ショートを冬は優しいイメージで着こなしたいから、[illegible]のあるベージュアイテムをミックス」パンツ￥15800・カチューシャ￥3675／アングローバル ショップ 表参道 ニット￥13650／シャンデリエ 新宿（オピュール） 靴￥62475／ナノ・ユニバース 東京（オープニング セレモニー） バッグ￥49350／ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 2連ロングネックレス￥8400／アクアガール新宿（クローラ） ネックレス￥6825／アナトリエ[illegible]店 ソックス￥2205／ジャーナル スタンダード 新宿店

松野裕子さん ×グレーニット

色味もシルエットもクールに抑えてこそ女らしさアップ

[illegible]ンクカーデでフェミ[illegible]ームをもたせた分、[illegible]ンもバッグもすっきりコン[illegible]に。加える色もグレイとゴールドにしぼってこそ大人」[illegible]／G.GOC（ポニー[illegible]） ベルトつきカーディガン[illegible]2999／H&M ヘネス・アンド・マウリッツ・ジャパン（H&M） Tシャツ￥8400（インパクティスケリー）・靴￥89250（マーク バイ マーク ジェイコブス）／ナイデチ バッグ￥16800／ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 帽子￥15750／ドレステリア 神南本店 レースタイツ／私物

石上美津江さん ×トレンチコート

背すじがピンと伸びるようなきれいめトラッドで大人っぽく

「ストライプシャツをタックインしたり、パープルのリッチなバッグを合わせたり。アイテム選びも着こなしもきれいめ志向で」パンツ￥12600／ビューティ＆ユース ユナイテッドアローズ 渋谷公園通り店 コート￥61950／アパルトモン ドゥーズィエム クラス[illegible] シャツ￥29400／ドゥーズィエム クラス ラリュー 靴￥23100／スピック＆スパン 仙台パルコ店（ジュゴ） バッグ￥44730／ナノ・ユニバース 梅田（ハイプ） ピアス￥9240／スピック＆スパン ノーブル 六本木ヒルズ店 タイツ￥1050／クピオ（靴下屋）

慧美网 vimee.net

蝴蝶网 hudie.com

菊池かおりさん
×ウールジャケット
主張のある白×黒ボーダーをブラウンでやわらかにまとめて

「白×黒ボーダーに黒アウターもいいけど、見違えコーデを狙うならブラウンがおすすめ。ファーマフラーやスパンコールチュニックなど、異素材アイテムをレイヤードすれば、さらにこなれ感倍増！」カットソー¥8400／パンソー　表参道店　ジャケット¥61950／アパルトモン　ドゥーズィエム　クラス銀座店　チュニック¥89250／NINE　青山　パンツ¥18900／ハリス　靴¥24150／シャンデリエ　新宿(オピュール)　ファーマフラー¥27300／イエナ心斎橋店　靴下¥2100／ドゥロワー　青山店

大平典子さん
×ボーイフレンドデニム
ラメストールやストラップ靴でゆるすぎない甘さをプラス

「ボーダーは、気負わず可
たいアイテム。ボーイフレン
ニムのゆるさを演出しながら
トラップ靴やパールのカチュ
や、ファーつきかごなど、甘
ある小物で可愛く格上げ！
ネックレスつきカットソー¥
／アンシェヌマン　ルミネ大
（アナディス）　パンツ¥32
ドゥーズィエム　クラス福岡
靴¥30450／アクアガール
ペア）　バッグ¥14700／ブテ
ク　トレイズ　ヘアバンド¥
（ジュコ）・ストール¥2730
ドーム　イエナ名古屋店

蝴蝶网
hudie.com

手持ちの黒
BATTLE 7
定番にしてトレンド！
黒ボーダー

松野裕子さん
×ピンクコーデュロイパンツ
コーデュロイで
にリラックス

「冬が近づいたらコーデュロイパンツでリフレッシュ。黒ボーダーをトーンアップさせる「Lee」のピンクがおすすめです。裾をロールアップしてショートブーツと合わせれば、印象もすっきりクール」ニット¥16800／リッジリン　名古屋パルコ店　タンクトップ¥8190／NINE　青山　パンツ¥12600／チャオパニック原宿店（Lee）　靴¥24150／ブティック　トレイズ　バッグ¥3150／デュアル　スレッド　有楽町マルイ店　イヤーマフ¥4725／アパートバイローリーズ　ネックレス¥19950／フィルム（ダブルスタンダードクロージングアクセソワ）　ブレスレット¥6090／パピヨネ銀座店

慧美网
vimee.net

石上美津江さん
×チェーンつきカーデ
ゴールドチェーンがきらめくカーデで80'sムードに

「定番ボーダーは冒険アイ
つなぎ役に最適。チェーン
ーデやクラッシュデニムの
さりげなくクールダウン。
きない80'sムードがちょうど
カットソー¥9450／NINE
カーディガン¥13860／スナ
パンツ¥12600（ラグレーム
ハウス・ドゥヴィネット）
¥6300（ルージュ・ヴィフ
/ハウスインターナショナ
¥64050／TOMORROWLAND（
チーニ・タピート）　バッ
950／シャンデリエ　渋谷
レス¥11550／ラ　ォータリ
ミネ北千住店

© PLATINUM GUILD INTERNATIONAL
あなたは、運命のひと。
この想いは、一生輝きつづける。
だから忘れない。
プラチナを贈ってくれた、この瞬間を。
LOVE = Platinum
それは、永遠の愛の証明。プラチナのエンゲージリング
エンゲージリング（プラチナ950/ダイヤモンド0.20～0.60ct）¥257,250～¥1,596,000 大沢商会グループ 03-5775-3933 ※価格は変更になる場合があります。
プラチナ・ギルド・インターナショナルは、プラチナ・ジュエリーの国際的広報機関です。www.preciousplatinum.jp
Pt
PLATINUM
vimee.net
hudie.com

おしゃれプロ認定!

「手持ちの黒」これが使えます!

「アバートバイローリーズ」のファーコート

ライター熊谷聡子さん

「ゆるデニム&ブーティをリッチに大人っぽく着こなすのにおすすめ。ふわふわのラビットファーでこのプライスはかなり優秀。ファーをボーダー使いしているから、すっきり見えます」。¥37800/アバートバイローリーズ

「スナイデル」の総レースジレ

スタイリスト アシスタント前田麻樹さん

「黒テーラードやニットカーデにこのレースジレをはさむだけで、コーディネートがこなれて見えるんです。総レースでも黒なら甘さ控えめで大人っぽく見えるところがいい!」。¥9870/スナイデル

「ビューティフル ピープル」のレザージャケット

スタイリスト吉村友希さん

「スカートやワンピースの好きな私にとって、このコンパクトな丈&シルエットはまさにベストバランス。来年も絶対愛用できるアウターとしておすすめです。寒くなったら、厚手の大判チェックストールをざっくり巻いてます」

ジャケット¥77700/ビューティフル ピープル ワンピース¥47250/[illegible]青山店 靴¥19950/フリー[illegible]ート カチューシャ¥3150/[illegible]ティック トレイズ ネッ[illegible]¥13440/ガリャルダガランテ [illegible]道店 タイツ¥1050/タビオ(靴下屋)

「ル・フェッテ」のゴールド×レザーブレスレット

スタイリスト石上美津江さん

「着こなしにほどよいロック感を加えてくれる、チェーン小物に注目しています。黒レザーとのコンビなら派手になりすぎないのもポイント。定番の黒タートルも、今年らしく見違えます」。¥4725/ナノ・ユニバース 東京

「コンバース」のハイカットスニーカー

スタイリスト大平典子さん

「『オールスターのハイカットスニーカー』は、チェックシャツからライダースまで、旬アイテムにとにかく合わせやすい! 白がきいてるから、黒コーデに合わせても重く見えません」。¥5565/コンバース

「マイ ダルタニアン」のカシミアVカーデ

編集M

「深めのVあき&今どきのロング丈は、シャツ、ゆるカットソー、シフォンワンピなど、どんなアイテムとも着回しやすくてソンなし! 肌ざわりのよいカシミア素材も、ひと目惚れポイントです」。¥34650/シンゾーン 銀座

「ワーナー」のレースアップブーティ

スタイリスト アシスタント佐々木美佳さん

「上品なピンヒール、レースアップなど、今年らしいディテールが満載。ふわミニスカートやサルエルパンツに合わせて、女度アップに活躍中です」。¥16590/ローズ バッド

「ユニクロ」のコーデュロイレギンス

編集K

「暖かくてほどよくフィットとするシルエットは冬版レギンスとして重宝。ヒップの切替えや、ポケット&ファスナー風のシームなどチラ見えしてもOKなデザインも優秀!」。¥1990/ユニクロ

「デ クチュール」のチェーンバッグ

編集Y

「パッと見"辛口"なんだけど、華奢なゴールドチェーンが女っぽいニュアンスを加えているところがツボ。パンツコーデやモノトーンコーデにカッコよくきかせてます」。¥49350/オペーク ギンザ

「ラタ」のキラキラブローチ

スタイリスト由里本舞さん

『ビジューがキラキラ輝いて、アンティークのような表情がお気に入り。ミリタリーコートやシンプルニットのアレンジにちょうどいい』。¥12600/アパハウス・ドゥヴィネット リュクス代官山店

「DITA」の黒フレームめがね

編集H

「スタイリストさんが黒縁メガネをかけているのが新鮮で可愛くて、私もトライ。LA.発の「DITA」は、ちょっぴりビッグシェイプなところが気に入ってます」

メガネ¥39900/オプティカルテーラー クレイドル青山店 ニット¥19950/ファウンドフレス恵比寿 パンツ¥12600/ル ドーム イエナ丸の内店 マフラー¥6510/ドレステリア 神南本店 バッジ¥2100/オペーク ギンザ

蝴蝶网 hudie.com

慧美网 vimee.net

ZOZOTOWNに新しく
ディションがオープン！

ターネット上のリゾート「ZOZORESORT」
-ショッピングサイト「ZOZOTOWN」(zozo.
own/)に、トゥモローランドが展開する
クトショップ「エディション」のオフィシャ
ンラインショップがオープン！　ウエア
ちろん、バッグやアクセサリー、シュー
に至るまで豊富な品ぞろえが魅力。㊐
ZOTOWN〔URL〕zozo.jp/shop/edition

すっぴん唇を
赤ちゃんピンクに！

高い保湿効果とグロスのようなツヤ感、ほんのりピンクになる仕上がりで人気のエテュセの唇用美容液「リップエッセンスa」（1種¥1260）が、25%増量タイプになって発売中！また、「リップエッセンス（スティック）」（1種¥1050）も新登場。ともにSPF18・PA++で、紫外線はもちろん、乾燥や皮ムケも防ぐ。㊐エテュセ ☎0120・074316

オリジナル チャームで
バッグをかわいくアレンジ

12／25までにコーチ・ストア（一部店舗を除く）にて、税込み¥30000以上買うと、「2009年クリスマス限定 コーチ オリジナル チャーム」をプレゼント！　バッグのハンドルやチェーンに付けるとキュート。なくなり次第終了だから、早めにお店でゲットして。㊐コーチ・カスタマーサービス・ジャパン☎0120・556・936〔URL〕www.coach.com

手元に美しさを添える
5セットリング

フォリフォリから、2009年冬限定の「5セットリング」（¥29400 ※スペシャルボックス付き）が登場！　ブランド初となる限定のVシェイプリングが、華奢でエレガントな手元を演出。5本すべて重ね付けして華やかにしたり、合わせる数を減らしてシンプルにしてみたり、シーンや好みでアレンジ自在。㊐フォリフォリジャパン☎03・3478・0681

いランジェリーが導く
tなホリディ♡

中のカタログ「pj」の特集タイトルは
D Hot Holiday」。赤いランジェリーやス
ブ、コスチュームなど、ちょっぴり挑発的
クシーなアイテムを豊富に紹介。どのアイ
もホリディシーズンへ向けて、気分が上が
のばかり！　他にも、蜷川実花さんとのコ
BABAシャツやバートンのウエアなども登
㊐ピーチ・ジョン☎0120・066・107

オンガク、エイゾウ、ホンを
楽しむキャンペーン実施中

auでは、ケータイでオンガク、エイゾウ、ホンが楽しめる「LISMO！で恋するキャンペーン」を2010年の1／6まで実施。ドラマ主題歌、flumpool「見つめていたい」の着うたフルプラス™や着うたフル®（体験版）のプレゼントなど、うれしいコンテンツ満載。詳しくはauケータイまたはPCから"リスモ"で検索。㊐auお客様センター☎0077・7・111

MORE
branch
2010 January

ラグジュアリーなメイクで
特別な夜が完成

12／1にソニア リキエルから限定発売される「エクスキーズ ノエル コフレ」（限定2種 各¥8190 ※ポーチ付き）は、フェイスパウダーとリップグロスのセット。ピュアな愛されフェイスを目指す「スウィート ピュア セット」と、キュートな甘さで誘う「スウィート キュート セット」の2種類。㊐ソニア リキエル お客様相談室 ☎0120・074・064

ーナシスでおしゃれな
ョッピングバッグをゲット

ナシスでは、12／1から全国のショップ
、税込み¥5250以上買うと、クリス
限定ショッピングバッグ（数量限定）がも
るキャンペーンを開始！ [illegible]
[illegible]
だから、[illegible]
サブバッ[illegible]しても大[illegible]
タマーサービス ☎0120・601・162

きらめく雪のジュエリーで
水問題に悩む女性を支援

4℃では姉妹ブランド、オデュース4℃とカナル4℃とともに、限定チャリティージュエリー（¥4200～ 写真は4℃ ¥6300）を販売する「LOVE SNOW FAIR」を開催中！　雪の結晶をイメージしたジュエリーを3ブランドで展開。売上金の一部をキリバス共和国の水供給と衛生に関する活動に寄付。㊐エフ・ディ・シィ プロダクツ☎03・5719・3266

アース ミュージック&エコロジー最新ニュース！

話題のコラボアイテムを
CROSS Green Roadでチェック

人気モデルやアーティスト、クリエイターのコラボレーションアイテムを紹介するネットショップ「CROSS Green Road」（www.crosscompany.co.jp/greenroad/）。12月上旬からは、non-no専属モデルの古川美有さんとのコラボショップが登場するなど、毎月新しいショップがオープン！　取り扱いブランドも随時更新中だから、こまめにチェックして。

©菊地佑輔

アース ミュージック&エコロジーが9／23に、10周年を記念したアニバーサリーイベントを開催。ファッションショーやトークショーで会場は大盛況！

㊐クロスカンパニー☎03・5770・5556

慧美网 vimee.net hudie.com

hudie.com

「レペット」の
黒バレエシューズ
編集Q

「フラット靴の定番として手放せない存在。特に黒エナメルのバレエシューズは、黒タイツと合わせて脚長に見せつつ、素材のメリハリもつけられる。S女子な私にも強い味方です」。¥26250／F.E.N.

「ジーナシス」の
チュールスカート
スタイリスト アシスタント高野麻子さん

「厚手ニットやレザーライダースにチュールスカートで軽さをMIXする着こなしにはまってます。しかもこれはリバーシブル仕様。カットソー地の裾からチュールをチラ見せするスカートにしてもOK」。¥5145／ジーナシス

「カディー アンド コー」の
チェックストール
スタイリスト石上美津江さん

「全身黒コーデに抜け感をつくりたい時、黒×白チェックのストールが使えます。特にギンガムチェックはほどよい甘さがあるから、辛口になりがちな黒コーデのスパイスにぴったり」。¥16800／アングローバル ショップ 表参道

「レリッシュ マット
コレクション」の
180 D & 210 Dタイツ
スタイリスト丸尾朋世さん

「ミニボトムには肌が透けないタイツが必須。180デニールと210デニール、マットな質感にこだわったこのシリーズの黒は鉄板です」。(右) ¥1260・(左) ¥945／アツギ

「ダブル アンド エム」の
ニーハイブーツ
スタイリスト菊池かおりさん

「脚をきれいに見えるセンターシーム。ハイヒールでも甲を圧迫しないフォルムにこだわって私がデザインした自信作！」
靴¥39900／ウヴラージュ クラス(ダブル アンド エム) ワンピース¥51450／ガリャルダガランテ 表参道店 ベスト¥39900／パンソー 表参道店 ネックレス¥18900／TOMORROWLAND (a.v.max) ベルト¥8925／ラ トータリテ ルミネ北千住店

「ドゥロワー」の
黒タートル
編集長S

「カシミア×シルクのしなやかなリブタートルは、私の超定番。ジャケットはもちろん、ワンピースのインに合わせてももたつかず、すっきり着こなせます」。¥35700／ドゥロワー 青山店

「NINE」の
黒×白ボーダーニット
美容番長N

「パキッとした黒白配色が秀逸。ロングシルエットも今年したいコーデにぴったりでした。黒スキニーや黒ショーパンと合わせて、すっきり大人っぽく着こなしています」。¥13650／NINE 青山

「ユナイテッド
アローズ」の
タックパンツ
副編集長Y

「ツータックでクロップト丈の、ほどよくきれいめなデザイン。チェックシャツでカジュアルに、ヒール靴で女らしく、と着こなしの幅も広い！」。¥15750／ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館

慧美网
vimee.net

「靴下屋」のトレンカ
スタイリスト アシスタント
田中麻理乃さん

「ワンピースやショートパンツにパンプスを合わせたい時、このマットな110デニールトレンカが欠かせません！」
トレンカ¥1680／タビオ ベスト¥38850／ビューティ&ユース ユナイテッドアローズ 渋谷公園通り店 ワンピース¥19950／アパルトモン ドゥーズィエム クラス銀座店 靴¥13650／アバハウスインターナショナル(オゥ バニスター) ブレスレット¥18900／アングローバル ショップ 表参道 ピアス¥5565／ジュエルチェンジズ 渋谷店

はいているのはコレ！

「アメリカンラグ シー」の
アニマル柄キャンバストート
ライター坪田あさみさん

「旬のアニマル柄は小物で取り入れる派。カジュアルトートがレオパード柄&ゴールドの持ち手で派手可愛く変身していてひと目惚れ」。¥14700／アメリカンラグ シー横浜店

「ジアーナ」の
スエードメッシュベ
ライター鈴木絵美さん

「ゆるトップスを腰位置でブラウジ
たり、ワンピースのアクセントにした
年は辛口ベルトを使ったコーデを楽し
す」。¥4725／トコ パシフィック

hudie.com

もっと早く、もっと長く。
肌に湧きあがる潤い。

クリニークのロングセラー、モイスチャー サージ。
すぐれた浸透力と潤いの持続力は、まさに頼もしい存在です。
気温や湿度が低くなり、暖房の影響が重なる冬は、肌が潤い不足になりやすいもの。
カサつきなど不快感を与えるだけではなく、放っておくと肌の若さまで奪われかねません。
こんな時こそ、モイスチャー サージ EX。乾ききった肌にも、吸い込まれるように素早く浸透。
角質層のすみずみまで大量の水分を送り込み、蓄えた潤いを逃がしません。
ジェルならではのなめらかさも、冬の肌に心地よさを与えてくれます。
肌がぷるんと弾む、その手応えこそが潤いの証です。

モイスチャー サージ EX［保湿ジェルクリーム］29g 4,725円（本体4,500円）49g 6,300円（本体6,000円）
※表示価格は希望小売価格です。*ただし、すべての方にアレルギーが起きないというわけではありません。
お問い合わせは、クリニーク ラボラトリーズ お客様相談室 TEL.03(5251)3541

http://clinique.co.jp

CLINIQUE

アレルギーテスト済み*。100%無香料。
日本人の肌にあわせて開発。

慧美网
vimee.net

CLINIQUE
moisture surge
extended thirst relief
gel-crème désaltérant
intense peaux déshydratées
慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

蝴蝶网
hudie.com

スーパー
らくらく幹事さん

条件に合うお店から、ご提案メールが届く

今年の忘年会はこれでらくらくお店探し!

♥こんな方にオススメ!♥

- 仕事が忙しい!
- 宴会まで時間がない!
- 空いてるお店が見つからない!

♥ ご予約までの流れ ♥

STEP1
要望登録

パソコンか携帯から希望日時や人数など要望を登録

STEP2
お店からメール

要望の条件に合ったお店から、ご提案メールが届きます

STEP3
お店に連絡

気に入ったお店があれば、電話か専用フォームからお店に連絡

STEP4
予約完了

お店から連絡が来たら予約成立です

唯美网
vimee.net

♥ご利用はコチラから!♥

3キャリア対応
(対応機種のみ)

スペード」の春呼び財布

計180名様にプレゼント!

ファン待望! 大人気のケイトのお財布を、
18種類×10名様に大盤振る舞い。
お気に入りを見つけて、早速応募して!

構成・文／栗山直子 撮影／佐藤 彩 スタイリスト／大平典子

●本文中(　)内の数字は財布のサイズ(縦×横×マチ)で単位はcmです

蝴蝶网
hudie.com

ビターな配色が冴える
クラシカルなモノグラム

どこか懐かしいのに新しい、スパイシーなモノグラム柄。マットな質感の黒と、ラメ加工を施したメタリックブラック（クリスマス限定）を展開。どちらもソフトなジャカード地をパイピングして型崩れを予防。コインケースとカード入れを張り合わせた二つ折りと、長財布の2型×2色をご用意。(上)二つ折り財布¥18900・(下)長財布¥22050・バッグ¥44100・ネックレス¥16800・シューズ¥26250／ケイト・スペード ニューヨーク

CORNELIA STREET NOEL

コーネリア ストリート ノエル

ケイトのロゴをモダンにアレンジした、新しいモノグラムシリーズがこの秋登場！モノトーン配色が魅力。

慧美网
vimee.net

クローズアップ

➲黒ベースの内側。二つ折りも長財布も黒のレザーでキリッとスタイリッシュな雰囲気に

➲こちらは二つ折りタイプ。コインケースの裏に、定期券&カードが入る2層式デザイン

➲長財布は開けてもスマートな印象。パイピングが白のタイプは、内側も上品なオフ白に

蝴蝶网
hudie.com

特別プレゼント
大好評につき第2弾!

「ケイト・

TUTTI FRUTTI
トゥッティ フルッティ

キルティングを施したツヤツヤパテントレザー。ロゴを刻印したプレートが大人っぽいアクセントに。

果物みたいなジューシーカラーをバッグの中の主役に

レモンイエローにブライトオレンジ、クリアホワイト、華やかな3色のインパクトカラーが春気分いっぱい！　内側がパッと見わたせる長財布と、コンパクトな二つ折りはどちらも便利なファスナー式。シンプルなデザインにパテントのつやとキルティングでメリハリをきかせて。(上)長財布¥31500・(中・下)二つ折り財布各¥23100・バングル各¥9450・フラワーリング¥13650・ネックレス¥44100・キラキラリング¥19950／ケイト・スペード　ニューヨーク

慧美网
vimee.net

➲ロゴのエンボスプレートもアイキャッチに。ゴールドのスタッズがパテントに映える

➲二つ折り財布の内側は、ベージュレザーで統一して、表の色とコントラストをきかせて

➲長財布の内側。札入れやコイン＆カード入れがすっきりと収まっていて使いやすい

クローズアップ

蝴蝶网
hudie.com

GOLD COAST
ゴールド コースト

レンドであり、お財布の
気カラーでもあるゴール
&シルバーを、キルティ
グ調でさらにリッチに！

使えば気分がぐっと上がるキラキラグリッターカラー

◯金運アップも狙えそうなメタリックカラーが自慢。キルティングの上品な佇まい＆きりっとビターな表情が今の気分にぴったり。ゴールドのロゴ入りプレートもレザーの自然な風合いもさりげなくていい感じ。クラッチ感覚で使える長財布と、手のひらにすっぽり収まる二つ折りタイプの２型展開。（上・シルバー）二つ折り財布￥26250・（下・ゴールド）長財布￥33600・バレエシューズ￥39900・パンプス￥43050／ケイト・スペード　ニューヨーク

ーズ
ップ

の内側。ゴールド＆シ
こ内側はブラックレザ
と引き締まった印象に

る長財布。ブラックレ
身のお札やカードがパ
いうれしい効果もあり

表＆内側の技あり配色がとびきりチャーミング！

JANE STREET
ジェーン　ストリート

ケイトならではのポップなカラーリング！　なめらかなカーフレザー×シンプルデザインで不動の人気。

慧美网
vimee.net

ドカラーは二つ折りと長
意。内側はどちらも甘い
ひそかに恋愛運アップ♡

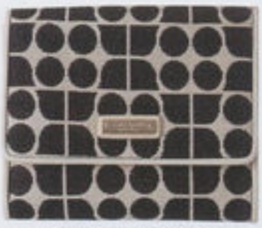
◯長財布の内側。フューシャピンクの内側には、遊び心メーいっぱいの明るいオレンジを使用

クローズ
アップ

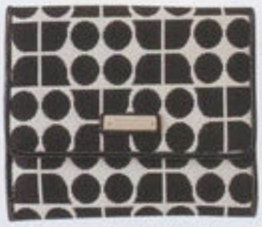
◯二つ折り財布の内側。アップルグリーンの中は、サックスブルー。さわやかさ満点のコンビ

◯ごくシンプルなお財布は、派手色で遊ぶのが大人の感覚。ファスナーをぐるりと開いた時に目に飛び込んでくる、コントラストのきいた配色も魅力。人気のゴールドに、新たにフューシャピンクとアップルグリーンが登場！（右・ピンク）長財布￥31500・（左・グリーン）二つ折り財布￥25200・手帳￥12600・鉛筆入りペンケース￥10500・キーチャーム￥7350／ケイト・スペード　ニューヨーク

CORNELIA STREET NOEL



4 クリスマス限定色の
ジャカード織二つ折り



3 黒パイピングの
ジャカード織二つ折り

DARLA サイズ（10.5×12.5×3） 札入れ2、小銭入れ1、カード入れ5、ポケット4

2 クリスマス限定色の
ジャカード織長財布

1 黒パイピングの
ジャカード織長財布

CYNDY サイズ（10×19×2.5） 札入れ2、小銭入れ1、カード入れ8、ポケット2

ケイト・スペード お財布18種類 10点ずつ 計180名に プレゼント!

プレゼント応募の決まり

MOREのホームページから応募できます。
http://more.shueisha.co.jp/
（パソコン・携帯電話からもアクセスOK）
●締切り 2010年1月27日（水）
●当選者発表
※応募者全員を厳正に抽選し、当選者を決定いたします。
※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。
※賞品の発送は2月下旬頃を予定しております。
※抽選結果のお問い合わせには、応じられません。
※この懸賞はおひとり何通でも応募可能です。
※読み取り対応の携帯電話から直接アクセスできます。

TUTTI FRUTTI

7 ブライトオレンジの
パテントレザー長財布

6 クリアホワイトの
パテントレザー長財布

5 レモンイエローの
パテントレザー長財布

NEDA サイズ（10.5×19.5×2.5） 札入れ3、小銭入れ1、カード入れ12、ポケット2

10 ブライトオレンジの
パテントレザー二つ折り

9 クリアホワイトの
パテントレザー二つ折り

8 レモンイエローの
パテントレザー二つ折り

BARRETT サイズ（10.5×11.5×2） 札入れ2、小銭入れ1、カード入れ7

GOLD COAST

14 シルバーカラーの
キルティング二つ折り

13 ゴールドカラーの
キルティング二つ折り

BARRETT サイズ（10.5×11.5×2） 札入れ2、小銭入れ1、カード入れ7

12 シルバーカラーの
キルティング長財布

11 ゴールドカラーの
キルティング長財布

NEDA サイズ（10.5×19.5×2.5） 札入れ3、小銭入れ1、カード入れ12、ポケット2

JANE STREET

18 アップルグリーンの
カーフ素材二つ折り

17 ゴールドの
カーフ素材二つ折り

BARRETT サイズ（10.5×11.5×2） 札入れ2、小銭入れ1、カード入れ7、ポケット1

16 フューシャピンクの
カーフ素材長財布

15 ゴールドの
カーフ素材長財布

NEDA サイズ（10.5×19.5×2.5） 札入れ3、小銭入れ1、カード入れ12、ポケット3

慧美网 vimee.net

SHISEIDO
hudie.com
慧美网
vimee.net

RETINO VITAL
今を、いちばんにする。
肌のタイムマシンがあればいいのだけど、そうもいかないから。
有効成分レチノールを採用。深く気になるほおにも、1700個**のレチノールカプセルが
のばした瞬間はじけて届く。そしてひき上がるようなハリ感が。
ELIXIR
SUPERIEUR
RETINO VITAL ESSENCE
SHISEIDO
エリクシール シュペリエル レチノバイタル エッセンス（医薬部外品）美容液 80mL
薬用有効成分 「レチノールＡＣＥ」
保湿成分 「スーパーヒアルロン酸」
「コラーゲン＆エラスチンエキス」配合
最新*エイジング・スキンケア レチノバイタル
ELIXIR
SUPERIEUR
* エリクシール シュペリエルで。 エイジング・スキンケアとは、年齢にふさわしいケアのことです。
** 1粒を0.3mmとしたときの、ディスペンサー1押し（0.2mL）中の値。（実測値・理論値より）
お問い合わせは 0120-81-4710へ（9:00～17:00/土・日・祝日を除く） www.shiseido.co.jp/eis/（携帯電話アドレス共通）
蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

スカート派麻里子のスタメン3着

華やかイベントにもOK
黒ティアード
➲大人気のティアードスカート。黒を選べば、お仕事にもイベントにも大活躍。ワードローブの要に。¥14490／ジュエルチェンジズ 渋谷店

上品さし色にぴったり
鮮やか色コクーン
➲黒っぽいアイテムが増える冬は、鮮やか色がマスト。何にでも合わせやすいパープルをチョイス。旬のコクーンシルエット。¥16590／バビロン

きちんと感はMAX
ツイード台形
➲お仕事に使える鉄板の一枚。ツイード素材で今年っぽさを。¥19950／ドゥーズィエム クラス ラリュー（ラリュー ドゥーズィエム クラス）

蝴蝶网 e.com

day 1

今日から12月。全身ブラックのキリリコーデで気合は十分！

月が替わると気分も一新！毎日通る通勤路も、なんだか冬めいてきたみたい。おろしたての黒ティアードに、黒タートル＆黒トレンカを合わせた全身ブラックのトレンドコーデで、自分に活！さあ今日も頑張るぞ

スカート派麻里子
3着でOK!
コーデ20×2 days

vimee.net

丸の内 おすすめアドレス
丸の内ブリックスクエア
9月にオープンした新名所。日本初上陸のショップが目白押し。◆東京都千代田区丸の内2の6の1 ☎03・5218・5100 ■http://www.marunouchi.com/brick/

Profile
丸の内にある、輸入食品会社に勤める25歳。おいしいもの好きが高じて、グルメブログを日々更新中。職場柄、スカートメインのきれいめコーデがモットー。交際半年の彼とも♡

day 1

初顔合わせの
クライアントと打ち合わせ。
キメコーデで出勤！

パンツ派美保のスタメン3着

旬度もきちんと感も！

黒タックパンツ

トレンドのタックパンツも、黒なら取り入れやすい。¥13650／ビームス street 1F（レイ ビームス）

合わせやすさNo.1

ボーイフレンドデニム

ロールアップもブーツインもできて、コーデの幅は無限大。¥9345／ミニマム（ミニマム ミニマム）

会社もOKの一枚を厳選

大人ショートパンツ

つややか素材なら、パーティーにも。大人度重視で選んで正解。¥12600／ジュエルチェンジズ 渋谷店

新宿&丸の内
おすすめ
アドレスつき！

新宿に新たにオープンするレストランのオーナーと打ち合わせ。いちばん気を使う初対面には、タックパンツ×ツイードジャケットの隙なしコーデが味方。鮮やかパープルをくるっと巻いてコーデに華やかさをオン！

パンツ派美保VS
スタメンボトム
師走のベスト

仕事にイベントに大忙しの12月、おしゃれの気合も最高
パンツ派も、スカート派も、スタメンボトムが3着あれば、
毎日、誰よりかわいいベストコーデをお約束。
新宿OL美保&丸の内OL麻里子のおすすめアドレスも必

撮影／山口イサオ（モデル） 石沢義人（製品） ヘア&メイク／犬木 愛（アージェ）
モデル／篠田麻里子（モアモデル） 田中美保 スタイリスト／大平典子
撮影協力／EASE プロップス ナウ

掲載製品の問い合わせ先リストは P268

Profile
新宿にある、建築デザ
会社に勤める27歳
りが多いので、上
スタイル
中心 もって
と結婚する
に悩み中。
趣味はゴルフ！

v慧美网 vimee.net
hudie.com

スタメンボトム3着＋合わせる7着でワードローブ完成！

スカート派 麻里子のワードローブ

hudie.com

day 4 黒ティアード
今日は寒いと思ったら、あっ初雪だ♪

初雪を見ると自然と心も弾む。スカーフにパール、ベルト、小物をふんだんに使って、黒コーデも軽快に。ミニ丈のティアードスカートはトレンカとも好相性。傘¥8400／ビームス street 1F (b.p.r ビームス)

day 3 ツイード台形
新商品の問い合わせが殺到！ うれしい悲鳴！

発売したばかりのチーズに注文が次々と！ 人気モデルがブログに書いたのが発端だそう。私もゆくゆくはそのくらいのブロガーに！ 心に闘志を秘めつつ、仕事はしっかり。台形スカートにシャツをはさんでキリッと

day 2 鮮やか色コクーン
お昼のお供はパソコン!? MYブログをチェック

最近、めきめきアクセス数が伸びてるわがブログ。お昼休みは、ご飯よりも更新に夢中デス。さ〜て、今日は何を書こうかな？ 華やかさをプラスする鮮やかパープルのスカートをはいて、コーデもブログも絶好調

合わせる7着＆小物

靴＆バッグ

❶ミニ丈に合う。ニーハイブーツ¥42000／ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 ❷パンプス¥25200／アングローバル ショップ 表参道(フォードミルズ×ファビオ [illegible]) ❸ブーティ¥70350／イデアデ [illegible] ク丸の内店(マロレス) ❹コ[illegible]る。バッグ¥123900／ドゥーズィエム クラス ラリュー（アニヤ ハイン[illegible]) ❺今年はかごもアリ。バッグ¥[illegible]／ドレステリア 銀座店(エバゴス)

冬小物

[illegible]デの仕上げに。ヘアバン[illegible]屋（ウィンク） ❼1連にも2連にもなる。パールネ[illegible]ス¥12600／アジアガール新宿（クローン） ❽[illegible]柄が大人っぽい。ストール¥19950／ジャーナル スタ[illegible]ド 新宿店（エビス） ❾ヘアアクセにも。スカーフ／ビューティ＆ユース ユナイテッドアローズ 渋谷[illegible]ストリート店（アントニー＆アリソン） ❿冬らしく見える。ファーティペット¥9450／ル ドーム イエナ[illegible]店 ⓫スパンコールつきで、華やかなコーデにもマル。¥5670／ル ドーム イエナ丸の内店 ⓬時計¥23100[illegible]ョン ルミネ新宿店（オリエント） ⓭今年の冬のマ[illegible]イテム。トレンカ¥1680／タビオ（靴下屋）

net

トップス

ビジューつきニット
旬のビジューつきはイベントのある日も。¥16590／サロン デュ ラ トリニーテ

黒タートル
インでも、一枚でも、あらゆるコーデにお役立ち。¥9345／サロン デュ ラ トリニーテ

白シャツ
今年はコーデの引締め役として大活躍。¥13650／ミニョン ルミネ新宿店（アナカ）

ざっくりニット
重ね着もできるゆったりサイズ。優しいベージュもマル。¥25200／ドゥロワー 福岡店

はおり

ニットジャケット
もこもこがかわいいニットジャケットは冬のマストアイテム。¥50400／ファウンドフレス恵比寿

レザージャケット
旬のレザー。合わせやすいきれいめタイプ。¥61950／ブティック トレイズ(バナー バレット)

レディコート
上品な黒のロングコートは、どんなシーンでも活躍。¥26250／ミニマム（ミニマム ミニマム）

蝴蝶网 hudie.com

パンツ派 美保のワードローブ

day 4 黒タックパンツ

先日のクライアントにプレゼン！ 超緊張！

この間のオーナーにわが社のプランをプレゼン。3つの会社のコンペで決まるから、失敗は許されません！ できる女を意識した、黒タックパンツ×黒ニットで気持ちを引き締めて。験を担いで前回と同じストールを

day 2 ボーイフレンドデニム

仕事中にほっとひと息、癒しタイムを満喫♡

今日は一日内勤デー。デスクワークをバリバリこなす日は、動きやすいジーンズが相棒。裾をくるくるっとロールアップして、ショートブーツを合わせれば、今年の足もとが、即完成！

day 3 大人ショートパンツ

今日は甥っ子とデート。このかわいさは、私似!?

4歳になる甥が「お姉ちゃん、何してるの？」だって。大きな定規を見せつつ、建築会社で働いてることを教えてるものの、まだわからない様子。ショーパン×チェックシャツのアクティブコーデで、はつらつと

靴&バッグ

❶乗馬ブーツ¥105000／ドゥーズィエム クラス ラリュー（サルトル） ❷旬の足もとに。ショートブーツ¥40950／ブティック トレイズ（スー ピエ） ❸レオパード柄でシックに。パンプス¥40950／ドゥーズィエム クラス福岡店（アトリエ メルカダル） ❹クラッチバッグ¥67200／ドゥーズィエム クラス福岡店（ヴェロニカ ベッチーニ モード） ❺ショルダーバッグ¥90300／ジュエルチェンジズ 渋谷店（デ クチュール）

冬小物

❻旬のアクセントに。ハット¥4410／フリーズ マート ❼ニットの上でも映える存在感。ロングネックレス¥31500／スピック&スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店（サンドリアン デ モンタート） ❽ネックレス¥37800／ドゥロワー 青山店（アリッサ ノートン） ❾ピアス¥5040／ジュエルチェンジズ 渋谷店（ジュール クチュール） ❿鮮やか色がキモ。ストール¥19950／スピック&スパン ノーブル 六本木ヒルズ店（エムディーシー） ⓫ベルト¥13440／ル ドーム イエナ丸の内店（マスター&コー） ⓬時計¥8925／ヒロタ（トランテアン ソン ドゥ モード） ⓭乗馬ブーツからチラ見せもアリ。ソックス¥2940／アングローバル ショップ 表参道（フォードミルズ）

トップス

ざっくりロングニット
↑オーバーサイズのニットは冬コーデに必須。清潔感のあるグレイ。¥23100／arl／rich

ロングTシャツ
↑衿もとについたビジューが、今年らしさ満点。¥8400／ジュエルチェンジズ 渋谷店

チェックシャツ
↓シックな色で合わせやすい。¥11550／ル ドーム イエナ丸の内店（イエナ スローブ）

黒カシミアニット
↓カシミア素材で肌ざわりマル。絶妙の衿あきで上品さをキープして。¥21000／NINE 青山

はおり

ツイードジャケット
→ちょいロング丈がボトムを問わず合わせやすい。¥27300／ジュエルチェンジズ 渋谷店

ミリタリーアウター
←ライナーはパーカとして使え、一石二鳥。¥39900／アナザーエディション 原宿本店

グレイロングカーディガン
→ショールのようなロングカーデは、着こなし自在。¥15750／ネイション ショールーム

景美网 vmei.net

スカート派 麻里子

day 6

フランスから来日した取引先ご一行様を案内中。

東京をぐるっとめぐる観光バスでご案内。日本語は通じるものの、大学時代にかじったフランス語で挨拶したら、好感触。激売れチーズの報告もできたし、今日のコーデは華やかさMAXだし、何だか私、いい感じ？

丸の内 おすすめアドレス
クラシックスカイバス
丸の内を出発して、皇居&銀座を一周する定期観光バス。各所を50分でぐるり。◆スカイバス予約センター ☎03・3215・0008 ■http://www.skybus.jp

day 5

気持ちのいい朝は、気分も最高！今日の会議も頑張れそう

光のたっぷり入る廊下は、会社の中でもお気に入りの場所。何かいいアイデアが浮かびそう。Vネックニット×シャツにツイードスカートを合わせた、きれいめの着こなしなら、会議もスマートに乗りきれるハズ！

丸の内 おすすめアドレス
三菱一号館
4月の美術館本格オープンに先立ち、「一丁倫敦と丸の内スタイル展」を開催中。◆東京都千代田区丸の内2の6の2 ☎03・5777・8600 ■http://mimt.jp/

写真は展示中の柳住代作品

day 8

念願の「エシレ」専門店へ。グルメブロガーの血が騒ぎまくり！

ずっと行きたかったエシレ・バター専門店。開店前から並ぶから、ニットジャケット×タートルのあったかコーデがマスト。念願かなって、気になるものぜ～んぶ買っちゃいました。う～ん、早く食べたい!!

丸の内 おすすめアドレス
エシレ・メゾン デュ ブール
フランス産最高級バター「エシレ」の世界初の専門店が誕生。◆東京都千代田区丸の内2の6の1丸の内ブリックスクエア1F ☎03・6269・9840

day 7

ええっ、なんで～？宙に浮かぶ机に目がテン！！

丸の内 おすすめアドレス
マジックバー 銀座 十時 丸の内店
おいしい食事と本格マジックを同時に楽しめるユニークなカフェ&バー。◆東京都千代田区丸の内2の6の1丸の内ブリックスクエア3F ☎03・[illegible]

久々の彼とのデートの場所は、なんとマジックバー。「麻里子の驚く顔が見たくって」なんて、うれしいこと言ってくれるじゃない。これもふわふわニット×ティアードスカートのスイートな着こなしのおかげかな

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

蝴蝶网
hudie.com

パンツ派 美保

day 6

「LOVE」の前で待ち合わせって言ったのに。来ない……（怒）

お仕事帰りに彼と待ち合わせ。でも、全然来ない!! 自然ときのうの記事が頭をよぎって……。せっかくツイードジャケット×デニムの甘辛ミックスコーデで来たのに気分は台なし。もう、今日は帰っちゃおうかな

新宿 おすすめアドレス
新宿アイランド
ロバート・インディアナ「LOVE」をはじめ、さまざまなパブリックアートが点在する。◆東京都新宿区西新宿6の5の1 ■http://www.shinjuku-i-land.com/

day 5

コンビニでお昼を調達。ふと目に入った新聞に、気になる記事が……！

「結婚したカップルの半分以上が交際2年以内でゴールイン」。私たちもう5年もつきあってるのに、これからどうしよう？ 最近の悩みをズバリつきつけられて、朝からどんより。お仕事スタイルは完璧なのにっ

新宿 おすすめアドレス
ファミマ!! 新宿マルイ本館
世界各国のミネラルウォーター、おしゃれな文具など、独自の品揃えが自慢のコンビニ。◆東京都新宿区新宿3の30の13新宿マルイ本館 ☎03・5363・71

day 8

早く仕事が終わった日は、映画館へ。ここのジュースおいしんだよね♡

年末なのに今日は奇跡の残業ナシ。そのまま家に帰るのはもったいないから、会社近くの映画館へ。ロングカーデ&ショーパンのラフな装いも、ビッグストールで大人っぽく。平日だから、すいていてラッキー

新宿 おすすめアドレス
新宿バルト9
平日午後3時30分～6時に上映開始される映画は、男女問わず1200円になる「シネマチネ」サービスが、ヘルシーフードも好評。◆東京都新宿区新宿3の1の26 新宿マルイ アネックス9F ☎03-5369-4955 ■http://wald9.com/

day 7

お気に入りのパン屋さんで気分転換。どれにしようか迷っちゃう！

結局1時間遅れで来た彼とは、しばし冷戦状態。大好きなパンに囲まれてると、イヤなことも忘れられそ 全身黒でも、帽子&シャツをウエストにひと巻きで、たちまちおしゃれ上級者に 旬小物で気分もアガる

新宿 おすすめアドレス
ル・ブチメック

唯美网
vimee.net

蝴蝶网
hudie.com

0
歌も、ポーズも、
バッチリ

1
暮れのご挨拶は、
きちんと感MAXの

忘年会後のカラオケは、年に一度のハレ舞台。この日のために特訓した振付け、早速披露しちゃいます。自分に気合を入れるために、ティアードスカート×ブーティの今年お気に入りの着こなしで

取引先にお歳暮を渡すのも、年に一度の大切なお仕事。ツイードスカートに白シャツを合わせた上品コーデに、旬小物で上品なアクセントを。「来年もよろしくね」とうれしいお返事をいただきました

スカート派
麻里子

day
9
あっ、あった！
新しい卸し先のショップを
早速視察に

大好評チーズをメインで販売してくれるショップが見つかり、売り場をチェック。パーティーの増える今こそ、売上げアップを狙わなきゃ。白シャツ×つやスカートの華やかな装いなら、誰に会っても好印象間違いなし

day
12
年末に向けて、
大掃除スタート！
まずは在庫チェックから

一日立ち仕事の日は、トレンカ＆パンプスの動きやすい足もとが味方。スカーフを髪にきゅっと巻けば、気持ちも引き締まって、テキパキ働けそう。さあ、一気に片づけて、今日は同期と飲み会だー！

3
引き続き大掃除。
手作りのお弁当で、

[illegible]期。大掃[illegible]ち[illegible]続行中[illegible]。朝から張りきってお弁当[illegible]作ったから、お昼休みが楽しみ。もちろん、渾身のできばえはブログにアップ。ちょい甘めのふわスカ×白もこニットで気分を上げて！

唯美网
vimeo.net

パンツ派
美保

day 13
先日のコンペの結果がいよいよ発表に。私のプランは……？

昇進、わが社のプランが[illegible]うれしい[illegible]にショーパン×[illegible]ブーツの軽[illegible]コーデもますます弾む。気合を入れるべくかけたメガネ[illegible]のスパイスに。メガネ¥30450／P&T Trading（コスチューム・ナショナル）

新宿 おすすめアドレス
新宿マルイ アネックス
カップルで楽しめるメンズ館として9月にオープン。話題のショップが続々。◆東京都新宿区新宿3の1の26 ☎03・3354・0102 ■http://www.0101.co.jp

day 9
皆さんご一緒に、カンパ～イ！ 幹事はタイヘンです

毎年恒例の忘年会。今年はついに幹事が回ってきた！ 最初は部長の挨拶で、次は……考えなくちゃいけないことがいっぱい！ 旬のチェックシャツをちらりとのぞかせて、着こなしだけは抜かりなく

day 10
きのう、頑張りすぎたせい？ なんだか風邪ぎみです

ハリキリすぎたせいかちょっぴり熱っぽい。「田中さん、きのう頑張りすぎた？」。上司の声が耳にイタイです。寒さも防げるニーハイソックスにロンT＆ショーパンのらくちんコーデで乗りきらなきゃ

day 11
初恋の彼が結婚！ 弱り目に祟り目ってこういうこと!?

母からの突然の[illegible]幼なじみの結婚[illegible]ただでさえ弱って[illegible]に、聞きたくなか[illegible]

day 12
クラブを握れば、思わず笑顔♡ つらい気持ちも吹っ飛ばせ

熱も下がったし、気分を変えるべく打ちっぱなしへGO。今日は何ヤード飛ばせるかな？[illegible]

慧美网
vimee.net
hudie.com

スカート派
麻里子

蝴蝶网
hudie.com

day 16
かわいいシューズを見つけて、念願の

…ボリムードを脱却す
…く、今日はきちんと
…ーデで、心意気を神
…が認めてくれたのか、
…事帰りに、ずっと探
…ていたかわいいシュ
…ズを発見。靴¥20790
…ビームス ボーイ池
…(ニューバランス)

day 15
仕事中だけど、こっそりブログをアップ……

人気のチーズをブログで紹介したら、こちらも好感触。すぐ反応がわかるからやめられないんだよね。大掃除も終わったし、あとは雑務を片づけるだけの仕事はそっちのけ。コーデもやや休日モード!?

day 14
週1で通う、フードワゴンへお昼の調達にGO

「麻里子ちゃん、今日おしゃれしてるね」って、マスターはなんでもお見通し。だって彼とのデートだから、小物が盛りだくさんのワザありコーデで来たんだもん。ウキウキしながらご飯をチョイス

丸の内 おすすめアドレス
日比谷パティオ
「カリフォルニアカフェ フラワーズ」ほか、日替わりでフードワゴンが登場。都心のオアシス的広場。◆東京都千代田区有楽町1の4の1 ☎03・3581・9920 ■http://www.hibiya-patio.jp/

day 17
彼のクリスマスプレゼントを選びに。これ、どうかな?

つきあって初めてのクリスマスだから今からドキドキ。やっぱりプレゼントはネクタイ? オープンしたばかりのおしゃれショップでにらめっこ。彼のことを考えてる時は、自然とコーデも女っぽく

丸の内 おすすめアドレス
パス・ザ・バトン
服から雑貨まで、リサイクル&リメイクアイテムを集めたセレクトショップ。◆東京都千代田区丸の内2の6の1丸の内ブリックスクエア1F ☎03・6266・[illegible] ■http://www.pass-the-baton.com

day 20
ひと足早く彼と過ごす、ハッピークリスマス!

さんざん迷った末に、最初にピンときたネクタイをプレゼント。華やかモノトーンルックはこの冬いちばんお気に入りのキメコーデ。「来年も一緒だよ」という彼の言葉にジーンときつつ、[illegible]終了!

vimeo.net

day 19
今日で仕事納め。タクシーに乗って、ラストスパート!

たまっていた有給をくっつけて、早めに今年のお仕事を終了。高校時代の友人4人と久々の飲み会へ。おしゃれ好きの集まりだから、ミニ×トレンカの旬の足もとに冬かごを合わせたワザありコーデで

day 18
年末ジャンボの目的は、やっぱり彼との旅行でしょ♡

年に1回の運だめし。毎年買ってる宝くじも、目的が決まっている今年は楽しみも2倍。「今日のラッキーカラーはブラウン」という占いを信じ、ちょっとずつ色味の異なる茶を重ねたワントーンコーデを

蝴蝶网
hudie.com

パンツ派
美保

day 16
年賀状は早めに。
これは営業職の
鉄のルール!

札儀にうるさい上司のおかげで、社会人のキホンを叩き込まれました。来年もいいことがありますように、とお願いしつつポストに投函。あまりの寒さに、ロングニット×ブーツインの完全防備で

day 15
片づけ症候群は、
会社でも!
このファイルなんだっけ?

会社のデスクも汚かったことをようやく自覚。動きやすいショーパン×乗馬ブーツで来たことを幸いに、一気にお片づけ。あまりの集中っぷりで、「田中さん」って3回呼ばれるまで気づかなかった!

day 14
片づけ中。洗濯物が
まだこんなに!?

先週ずっとへばっていたせいか、この洗濯物のたまり具合は女子失格? シャツを腕まくりして大ハリキリ。1カ所気になり出すと、もう止まらない。大掃除も兼ねて、家の中ぜ〜んぶ片づけちゃえ!

day 17
シンプルコーデに
小物をオン! で、
ウワサのバーへ

最近できたばかりのバーに女友達とGO。ハット&ビッグクラッチのクール小物を合わせれば、仕事帰りでも夜遊びコーデが簡単に。「いいかげん彼と仲直りしなさい」とさんざん怒られちゃいました

新宿 おすすめアドレス
ブルックリン パーラー
「ブルーノートジャパン」プロデュースのカフェ&バーが登場。◆東京都新宿区新宿3の1の26 新宿マルイ アネックスB1 ☎03・6457・7763 ■http://www.brooklynparlor.co.jp

day 20
仲直り代わりの
初めての寄席で

ちょっぴり背伸びした、きれいめスタイルで彼と久々の再会。ずっと行ってみたかった。寄席のチケット取ってくれた! やっぱり、私のこといちばんわかってくれてるんだよね♡ 冷戦120日間が終了

新宿 おすすめアドレス
新宿 末廣亭

day 19
恋ってこうだった!
大好きな漫画を
一気読み

何もない土曜日、大好きないくえみ綾先生の「潔く柔く」を1巻から。く〜っ、このピュアな感じがたまりません。私もこんな恋をしなくちゃと反省しきり。おうちの中だからリラックスコーデに徹して

day 18
彼からの
満面の笑みを見よ!

「この間のコンペ頑張ったから」と、気持ち多めのボーナス&久しぶりの彼からの電話で、元気復活! ちょい辛口の黒をさし色に使った、ワントーンコーデは大人っぽさもあり、今年のお気に入り

vimeee.net

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

蝴蝶网
hudie.com

ホームパーティーに差をつけましょ。

作り方は、「1:3」で注いで混ぜるだけ！

…に氷を入れて、…ル「1」に注いで

冷蔵庫のジュースなどを「3」の割合でプラス

かき混ぜればできあがり！

おうちカクテルは、魔法のレシピ「1:3」♥

リキュールとジュースを注いで混ぜるだけ！
たった1本で、パーティーがイロイロ盛りあがる！

ホームパーティーに、オシャレでカンタンなおうちカクテルをプラス！

ホームパーティーのシーズンが到来！ 大切な友だちや家族と過ごすひと時に、いつもとは違ったスペシャル感を演出するなら、断然「おうちカクテル」。たった1本のリキュールで、飲み物のバリエーションや楽しさがイロイロ広がります。

おうちカクテルにすっかりハマっているという、ベッキーさん。パーティーには、お気に入りのリキュールが欠かせないそうです。「ベッキー流パーティーのこだわりは、みんなが楽しめてハッピーな気持ちになれること。おうちカクテルなら、甘いカクテル、ビターなカクテル、さっぱり系、フルーツ系など、みんなの好みに合わせた飲み物が作れるから大好評。しかも、みんなで作ると盛りあがるし、ポップでカラフルな色がパーティーを華やかにしてくれます！」

ベッキーさん御墨付きのおうちカクテル、作り方はカンタン。リキュールとジュースを「1対3」の割合で注いで混ぜるだけ。アイスクリームやフルーツポンチなどのデザートにプラスしたり、寒い季節ならではホットなカクテルもおすすめです。

この冬は、ホームパーティーにおうちカクテルをプラスして、オシャレにイ

慧美网
vimee.net

蝴蝶网
hudie.com

いろいろツクレル。
おうちカクテル
OUCHI DE KANTAN OISHII COCKTAIL

オシャレでおいしい！ とってもカンタン！
リキュール1本で作れる、華やかパーティーカクテル

フルーティーなルジェ カシスで！

ルジェ カシス オレンジ
カシスとオレンジの果実感がベストマッチの定番カクテル。

材料　ルジェ カシス… 1/4
オレンジジュース……3/4

作り方　氷を入れたグラスに材料を注ぎ、混ぜる。

ルジェ カシス ティー
ストレートティーやグリーンティーとあわせてもOK！おうちでかんたん、自分流。

材料　ルジェ カシス………1/4
アイスレモンティー……3/4

作り方　氷を入れたグラスに材料を注ぎ、混ぜる。

ルジェ カシス ソーダ
爽やかな味わいの定番カクテル。

材料　ルジェ カシス………1/4
ソーダ……………3/4

作り方　氷を入れたグラスに材料を注ぎ、混ぜる。

キール ロワイヤル
バーやレストランでおなじみ、プレミアムカクテル。

材料　ルジェ カシス………1/5
シャンパンまたはスパークリングワイン……4/5

作り方　冷やした材料をシャンパン・グラスに注ぎ、軽く混ぜる。

定番人気のカルーアで！

ビター・カルーア ミルク
コーヒーの苦みとカルーアの甘みが相性抜群！カルーアの新定番カクテルです。

材料　カルーア……1/4
牛乳……3/4
インスタントコーヒー…小さじ1

作り方　1. 氷を入れたグラス
カルーアと牛乳を
2. インスタントコー
トッピングし、軽く

カルーア スパークリング ウォー
甘口のカルーアが爽快・フレッシュなカクテルに大変身！

材料　カルーア……
ペリエ
（ソーダでも可）……

作り方　氷を入れたグラス
材料を注ぎ、混ぜる

カルーア オン アイス
カルーアをかけるだけで大人のスイーツに。

材料　カルーア……
アイスクリーム……

作り方　お好きなアイスクリ
カルーアを上からか

ホット カルーア ミルク
寒い日や寝酒（ナイトキャップ）に最適の1品。

材料　カルーア……
温めた牛乳……

作り方　あらかじめ温めて
耐熱グラスに材料
軽く混ぜる。

●ご自宅でカクテルが楽しめるパーティーセットプレゼントキャンペーン実施中！（応募締切：2010年1月31日

おうちカクテル パーティーセット　抽選で500名様

① パーティーフード4名分
② お好きな購入リキュール1本
※キャンペーン対象製品からお選びいただけます。
③ ベッキーおすすめおうちカクテル作り方DVD 1枚
④ カクテルシェーカー 1個

※画像はイメージです。

Wチャンス　はずれた方の中から抽選でプレゼント！

カンタン おうちカクテルセット
ベッキーおすすめおうちカクテル作り方DVD 1枚
および
カクテルシェーカー 1個

5,000名様　※賞品のデザイン・仕様は変更になる可能性があります。

対象製品

※左からルジェ クレーム ド カシス、ルジェ クレーム ド ペシェ、カンパリ、ヨーグリート、ヨーグリート ストロベリー、マンゴヤ、ビーフィータージン、ミルミクス（略）

詳しくは、サントリー「おうちカクテル」ホームページへ
http://suntory.jp/OUCHI/　おうちカクテル　検索

飲酒は20歳を過ぎてから。飲酒運転は法律で禁止されています。
妊娠中や授乳期の飲酒は、胎児・乳児の発育に悪影響を与えるおそれがあります。
お酒はなによりも適量です。お酒

PR　サントリー酒類株式会社

vimeo.net

蝴蝶网
hudie.com

Q 梨花さんの服選びではずせない基準は?

A 楽ちんな着心地のよさ、着ていて気分が上がること、着回せること、体がキレイに見えること、かな。スタイルが悪く見えたり、自分がくすんで見えてしまうものは買いません!

Rinka

時代のミューズが、悩める読者を導く!

おしゃれ人生相談
梨花のアンサー!

可愛い大人の女性の代名詞、梨花。おしゃれリーダーぶりはもちろん、最近ますますハッピーオーラが加速してる彼女が恋とおしゃれに悩む読者の相談に、真剣に答えてくれました!

構成・文／長谷川玲子
撮影／中村和孝　ヘア&メイク／イガリシノブ（ビュートリアム）　スタイリスト／[illegible]島 茜

慧美网
vimeet.net

Q 流行のぺたんこ靴。可愛いけどスタイルよく見せるのが難しそうで……

A 私は可愛い→着たい、という直結型。ヒール靴よりバランス悪いのはしかたない、「ぺたんこ靴&ストレートジーンズが可愛いんだもん!」という、ある意味開き直り?（笑）が大事です! そんな時に、私なりにバランスよく見せるルールは、トップスのすっきり感。たとえば長いトップスでお尻を全部隠してしまうと逆効果で、よけいに脚が短く見えてしまうの。お尻の3分の2くらいを出すのがベストバランス。背が低い人こそ、胸もとや手首など、どこかに肌を見せて抜け感を出すのが秘訣!

Q 仕事中、怖い顔になりがちな私。いつも笑顔でいるためのリフレッシュ方法はありますか?

A ストレスを感じた日は、家に帰っていったん無になるの。（これが難しいんだけど）で、そのあとは好きなことしかしない! メイクや窮屈な下着とかは全部取り去って、お気に入りの場所、音楽、香り、お花……、五感のひとつでもいいから、大好きなもので満たして、深呼吸します。

ノースリーブチュニック¥31500(wendy kation)・スカート¥24150(tae couture)／デイジー付けたブローチ¥3045（代官山店　髪につ0／イヤリング　ネックレス¥4515・ブレスレット¥2625／SM00CH（jupiter GOLD LABEL）靴／梨花さん私物

掲載製品の問い合わせ先リストは P268

蝴蝶网
hudie.com

慧美网
vimee.net

Q 小物使いが苦手で、つい無難に。その殻を破るにはどうしたら？

A 難しいよね、小物使い。私もまだ手探り。でも、たとえば普段、身につける組み合わせを、何かひとつだけ変えてみるのはどう？　指輪をちょっぴりボリューミーにしたり、ブレスを何個か増やしてみたり。あと、周囲の人を観察すると、こんな使い方もあるんだ～って気づくことも。いいなと思ったら真似してみるのも手。おしゃれのセンスは盗んでもOK！

Q 基本、可愛い服が好き。でも25歳、可愛すぎはやや痛い……。大人めに挑戦したほうがいい？

A おしゃれの"次のステップ"に悩んだ時は、自分がなりたい女性像を思い浮かべてみて。可愛い大人？　カッコいい大人？　って。可愛い服が好きなら、無理してテイストを変えなくても"大人感"はきかせられると思うよ。たとえばワンピース一枚でも、丈や胸もとのあき具合ひとつで印象って全然変わるし、靴や髪型を大人っぽくしてみるだけでもいいんじゃない？

Q 30歳までに結婚したい！ けど、条件に合う人に出会えず、焦っています……

A 私もたくさん条件を並べている頃があった。焦っている時ほどそう。でもそのどれもが、大したことじゃないって気づいて。自分を大切にしてくれる、それだけで十分です！

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

おしゃれセオリーも結婚観も、変遷を経て着地点はシンプル!

「女性にとって30歳手前はいちばん悩める年頃で、いろいろな意味でターニングポイント！　私もそうでした。その頃は“周囲からどう見られるか”を気にしがち。でも今思えば、本当に大事なのは、“自分がどうしたいのか”。それがこの時期にちゃんとわかると、その後の自分の強みになる。

たとえばおしゃれは、いろんな着こなしを試して、結果、自分の体にいちばん合う形の洋服を見つけられると、自分スタイルの“軸”ができる。軸があることで、流行も自分なりに料理して取り入れられるようになる。

そして恋愛や結婚も。紆余曲折を経て、私がたどり着いたのはシンプルな結論です。人って欲張りだから、求めたらキリがないでしょう？　だから、あきらめとか妥協じゃなく、“これ”だけあれば自分は安心する、自分は幸せっていう“これ”に気づけることが大切。昔は男の人に求める条件も多くて、OKな人はどんどん減り、条件だけが増えていく一方だった時期もありました。でも今の私は、自分を大切にしてくれればそれでいい。その他の条件なんて大したことじゃないんだ、って。そこに気づいたら大丈夫、20代でたくさん悩んだ分、30歳過ぎたら自分なりのアンサーが必ず見つかります！」

梨花がデザインする大人気ジュエリーブランド「Jupiter GOLD LABEL」からクリスマス限定商品が登場。アンティーク風で華奢なクロスモチーフのリング＆ネックレスのセットで、10／20〜11／30の先行受注期間に注文をすると、ネックレスのエンドのハート部分に好きなイニシャルorハートの刻印ができる。さらに期間中、「Jupiter」全国直営店5店舗または「SMOOCH」にてクリスマス限定セットを注文された方の中から抽選で、梨花と過ごすクリスマスパーティーにご招待といううれしい特典も！　詳しくはHP「Rinkaの Happy Life」（http://smooche.jp/rinka/）をごらんください

ジャケット¥79800（エムズブラック）・タンクトップ¥7875（スウィルデンズ）／アパルトモン　ドゥーズィエム　クラス銀座店　サスペンダーつき黒パンツ¥18900／ドラスティック（アウラ　アイラ）　ハット¥28350／CA4LA ショールーム（Cha-Cha's House of Ill Repute）　ロングネックレス¥8400／SMOOCH（Jupiter GOLD LABEL）

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

蝴蝶网
hudie.com

ロマンティックな聖夜を彩るのは
カルティエの永遠の輝き！

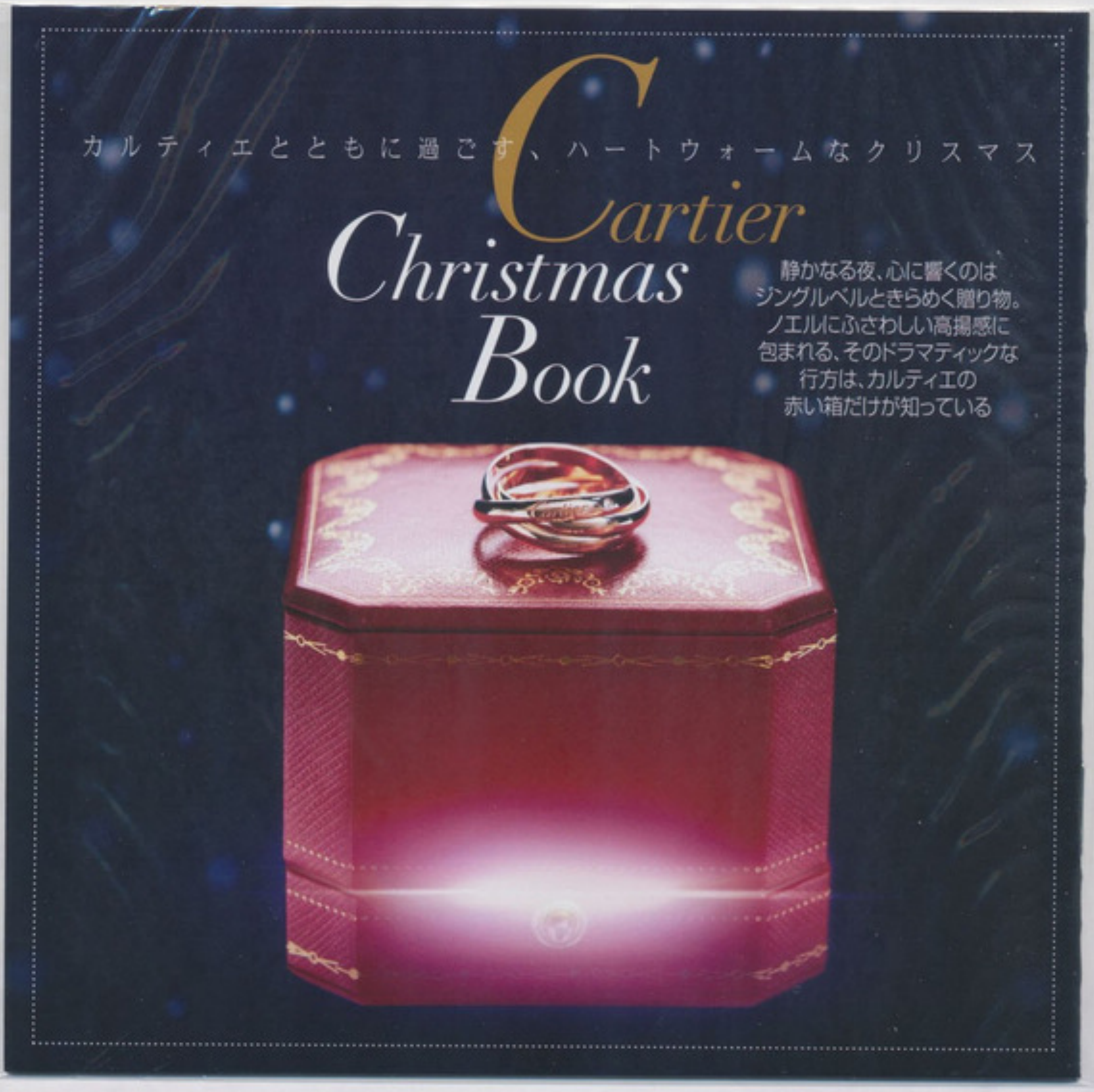
Cartier

リング（左から時計回りに）「ディアマン レジェ ドゥ カルティエ」リング（K18WG×ダイヤモンド）¥149100・「ディアマン レジェ ドゥ カルティエ」リング（K18PG×ダイヤモンド）¥136500・「トリニティ ドゥ カルティエ」リング※クリスマス限定品（K18PG×ダイヤモンド）¥115500・「ソリテール 1895」リング（K18PG×ダイヤモンド 0.26ct）¥289800・「トリニティ ドゥ カルティエ」リング（K18YG×K18PG×K18WG×ダイヤモンド）¥231000／カルティエ（11／25から伊勢丹新宿店および路面店にて先行発売）

［玲奈］右手につけたブレスレット（太）「トリニティ ドゥ カルティエ」ブレスレット（K18YG×K18PG×K18WG）¥1323000・（細）「トリニティ ドゥ カルティエ」ブレスレット（K18YG×K18PG×K18WG）¥588000・左手につけたブレスレット「ディアマン レジェ ドゥ カルティエ」ブレスレット（K18PG×ダイヤモンド）¥531300／カルティエ ニット¥36750・ファーストール¥144900／ドゥロワー青山店 チュールスカート¥14700／ボワン ト ミニョン 新丸ビル店（アナカ） パンプス¥109200／ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館（ジャンヴィトロッシ） ハット・レッグウォーマー／スタイリスト私物

慧美网
vimee.net

蝴蝶网
hudie.com



レッドボックスを開いた瞬間に始まる幸せの魔法——。
街中が一年でいちばんきらびやかに輝くホリデーシーズン、
私だけのスペシャル　ジュエリーと出合いたい

慧美网
vimee.net

構成・文／長谷川玲子　撮影／
田昌士　ヘア&メイク／清水美
モデル／竹下玲奈　スタイリス
／村山佳世子
●本文中の（　）内の表記は、W
G＝ホワイトゴールド、PG＝ピ
ンクゴールド、YG＝イエローゴ
ールドを表します

玲奈も♥「ジル スチュアート」のフラワープリント・マニア

いつも女の子の憧れ、「ジル スチュアート」の花柄がますます素敵！ 魅力満載のコラボカレンダーもぜひデスクに♡

撮影／菊地 哲（ダイナミック／モデル） 石沢義人（製品） ヘア&メイク／菊地美香子（ナンバーナイン） モデル／竹下玲奈 スタイリスト／大平典子

Colorful flower

鮮やかで色とりどりの花柄は
いつだって心躍るスペシャル！

慧美网 vimee.net

イテムバリエも
とりどり♡

ロングカーデやタッ
ンツに合わせたい、キ
ブラウス。カジュアル
こなしに。¥15750・
×黒ニットでモード
グレイニットなら優し
。スカートなら強い柄
コーデが簡単！ ¥16
ジル スチュアート

ピンク、オレンジ、ブルー……。とびきりカラフルな花が咲く、でも、ちゃんと大人なワンピースは、一枚で気分が上がる主役アイテム。マリンテイストの"紺ブレ"をはおって、足もとには黒のハイヒール。甘く可愛らしく着るよりも、凛とした女性のイメージで。
ワンピース¥25200・ジャケット¥27300・パンプス¥29400・ネックレス¥13650／ジル スチュアート

伝説の人気柄がリバイバル♡
コラボカレンダーも毎月フラワープリント！

蝴蝶网 .com

蝴蝶网
hudie.com

Rose garden

上品さ薫る"バラ柄"で
やわらかな空気をまとって

慧美网
vifee.net

**さらなる魅力を
フェミアイテムで**

（右）フェミニンさを思いきり楽しむならワンピース。重ね着しやすいシルエットで活躍度MAX！　¥29400・（左）この冬の大注目アイテム、ティアードスカートも登場。斜めのフリルで美スタイルをお約束。¥18900／ジル スチュアート

花柄＝スイートだけではない
が新鮮！　淡いタッチで描か
バラ柄は、あたたかで上品で
くも春が待ち遠しくなりそう
囲気。さりげなく織り込まれ
メ糸や袖のフリルなど、デザ
も魅力いっぱいのブラウスは
い色のデニムと合わせるだけ
い。大粒ネックレスをスパイ
ブラウス¥24150・パンツ¥1
・ネックレス¥13650／ジル
チュアート

Flower dice

ノスタルジックな柄が導く
新たな"大人可愛い"

21慧美网 vimeo.net

小物で花柄
なんてチョイスも!

右）こんな可愛い傘があ
ば雨の日も憂うつじゃな
。開いた時の丸みあるシ
エットが上品。¥7350・
左）ベビードール風のシ
エットに胸もとの大きな
ボンがポイント。黒タイ
&パンプスで。¥25200／
ル スチュアート

お花畑みたいなノスタルジックな小花柄は、私たちの心を永遠にときめかせるもの。今年はそれを、やっぱり大人に着てこそ素敵。太ベルトでウエストマークしたり、大きなリボンのボリュームパンプスを合わせたり。小物でメリハリを印象づけて、スイートな花柄だから楽しめる"大人可愛い"に。スナ ト ・ ラウス¥ 3 50・パ ス¥29400・ベルト 650／ ュアー

hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

Border flower

花柄でもモードになれる
黒と白のおしゃれな魔法

慧美网
vibee.net

『リバティ』とのコラボアイテム登場

「リバティ」の花柄ファブリックを使った可愛すぎるアイテムが発売に！ 柄は全部で3種類。12／4から全国の路面店と「セレックソニック」、「ZOZOTOWN」のインターネット通販のみで販売。ワンピース各¥27300／ジル スチュアート

ちょっぴり"毒"のある花をボーダー状に描いた、「花柄」のイメージを一新させるシックでモードなプリント。80sムードも漂うチュニックワンピースに、レギンスとレースアップブーティ。花柄でもこんなに大人、黒と白だけでもこんなにおしゃれ、がうれしい。チュニック¥30450・ブーティ¥50400・ブレスレット¥11550・レギンス¥7350／ジル スチュアート

憧れブランドの最新作

蝴蝶网
hudie.com

Louis Vuitton

気のモノグラム・ヴェルニ　ラの大人っぽいカラー。(10×19/れ2、小銭入れ1、カード入れ10、ット1)¥74550/ルイ・ヴィトカスタマーサービスセンター

水アドバイス

ク系のカラーはお金を守り、シニーな輝きはお金を集める。ま金運アップに一石二鳥なんです

CHANEL

げなくCCマークをあしらったティングレザー素材。甘く優しンクに胸キュン。(11×19×2/れ1、小銭入れ1、カード入れポケット3)¥86100/シャネル

水アドバイス

ピンクには財力のある人を呼び運気が。ステッチが交差するキィングは人と縁を強める効果大

GUCCI

のGGキャンバス地にハートのアンがチャーミングなアクセント。5×19/札入れ2、小銭入れ1、ード入れ7、ポケット2)¥53550ッチ　ジャパン(グッチ)

水アドバイス

に興味のある人におすすめのブン系。心を表すハートモチーフ人間関係に明るさをもたらします

Dior

ッチ感覚のチェーンつき。ロゴ押したエナメルレザー。(10×札入れ1、小銭入れ1、カード6、ポケット2)¥74100/クリャン　ディオール(ディオール)

水アドバイス

いグリーンはステイタスを築くつまり仕事が順調に回って、豊をつくる手助けをしてくれます

お金を守って集める
ダークブロンズカラー
Louis Vuitton
ルイ・ヴィトン

ピンクのキルティングは
別名・玉の輿財布!
CHANEL
シャネル

人間関係が良好になる
GGロゴ×ハート
GUCCI
グッチ

仕事が断然うまくいく
さわやかなグリーン
Dior
ディオール

慧美网
yimeo.net

起こりそう!
で新年をスタート!

Pのマル秘裏技テクまで。縁起のいい福財布で、ハッピーを呼び込んで!

風水師
李家幽竹さん

韓国・李王朝の流れをくむ、唯一の李朝風水師。女性らしい観点に立った風水論で、テレビや雑誌を中心に活躍中。『李家幽竹の開運風水2010』など著書も多数

構成・文/栗山直子　撮影/佐藤 彩
スタイリスト/大平典子
●本文中の( )内の数字は、財布のサイズ(縦×横×マチ)で単位はcm。その後に続く機能表記ともに編集部で調べたものです

掲載製品の問い合わせ先リストは P268

リッチなオーラが薫る
最高のカラーコンビ
MIU MIU
ミュウミュウ

棚ぼた運を呼び込む
スイートピンクの魔法
MARC JACOBS
マーク ジェイコブス

ピュアホワイトで
すっきりリセット!
COACH
コーチ

通気のいいパンチングで
お金の流れをアップ
PRADA
プラダ

キュッと結んだリボンが
貯めたい人に効果大!
Chloé
クロエ

hudie.com

MIU MIU

ラメ系を織り込んだジャカード素
のグラデーション。(9.5×19.3／
入れ2、小銭入れ1、カード入れ
ポケット1)¥65100(予定価格)
プラダ ジャパン(ミュウミュウ

風水アドバイス
パープル×イエロー×ホワイト、
事で成功して自分でお金を稼ぎた
なら、この配色は強運を呼びます

MARC JACOBS

ゴールドのベイビースタッズ&留
金が映えるピンク。(10×20×2／
入れ2、小銭入れ1、カード入れ12
ポケット6)¥68250／マーク ジ
イコブス カスタマーセンター

風水アドバイス
ピンクはおごられたり楽しいお誘
が増える色。ゴールドのバックル
お金が出ていくのをガードします

COACH

クリーンな白のコンパクトな二つ
り。中は上品なラベンダー色。(
×14／札入れ2、小銭入れ1、カ
ド13、ポケット1)¥43050／コー
・カスタマーサービス・ジャパン

風水アドバイス
白は新年に向かって使うとリセッ
効果を発揮する色。最近、いいこ
ないな、なんて人にうってつけで

Chloé

メタリックな黒のレザーにゴールド
のリボンがチャーミングな"LILY"。
(9×19／札入れ2、小銭入れ1、カ
ード入れ10、ポケット2)¥48300／
クロエ インフォメーションデスク

風水アドバイス
リボンはお財布からお金が出ていく
のをくい止め、人からのサポートを
受けられるハッピーモチーフです

PRADA

明るい黄色のパンチングレザー。
のパイピングでメリハリを。(9
19.7／札入れ2、小銭入れ1、カー
入れ10、ポケット4)¥65100(予
価格)／プラダ ジャパン(プラダ

風水アドバイス
これぞ金運財布。パンチングはお
布の風通しをよくしてお金の出入
をスムーズに。イエロー&白もマ

慧美网
vimee.net

毎日いいこと

風水OK!「ラッキー財布」

気になるブランドの新作や、金運はもちろん恋愛や仕事運に効く色選び、運気

samourai woman

女性たちを輝かせる香り、新生サムライウーマン

多くの女性から支持を得ている「サムライウーマン」が、10年目にして初のリニューアル! よりフェミニンで心地よい香りが周囲を魅了すること間違いなし!!

リニューアル Point 1 シーンを選ばず使える爽やかで優しい香りに

控えめながら凛とした強さのある大和撫子をイメージして作られた「サムライウーマン」。これまでの香りの印象はそのままに、グレープフルーツとローズがプラスされたことで、より軽やかで女性らしい香りに生まれ変わりました。オフィスにもデートにも好感度大だから、仕事に恋に頑張る気持ちを後押ししてくれるでしょう。誰をも魅了する上品な香りは、毎日の新定番に決定!

リニューアル Point 3 幅広い女性たちから愛されるオトナ可愛いパッケージ

ボトルは女性の美しいボディラインを、キャップは日本髪をイメージしたユニークな形はそのままに、雰囲気は大変身! 淡いピンクメタリックのキャップやスイートピンクのロゴ&ジュース(液体)で、これまでよりオトナで可憐な印象になりました。これは、人気の「サムライウーマン ヘア&バスシリーズ」のパッケージとおそろいに。お部屋に飾りたくなる、洗練されたボトルにも注目です。

リニューアル Point 2 香りの持続力がアップしてより長くほのかに漂う

オーデトワレは香りが長続きしないのが玉にキズ。そこで新しいサムライウーマンは、ロングラスティング処方を採用し、軽やかながらも香りの持続力が今までより格段にアップ! グレープフルーツやグリーンティーの爽やかなトップノートから、ローズやジャスミンの優しい香りに移行し、ムスクやシダーウッドなどの温かみのあるラストノートとなって、あなたをずーっと包み込んでくれます。

サムライウーマンは、IFRA(イフラ/国際香粧品香料協会)において認定された最新の香料を配合し、香水の本場・フランスで製造。初代の代表的なユズやホワイトピーチに代わり、グレープフルーツやローズが入って香りにより深みと女性らしさが高まった、"モテ系"フレグランス。好感度の高い、可憐で優しい香りが長持ちするのも、働く女性の強い味方。サムライウーマン オーデトワレ 40mL ¥5,775

美香

サムライウーマンの香りに包まれて輝く髪に。充実のヘアケアシリーズ

モデルの美香さんも愛用している「サムライウーマン ヘアケアシリーズ」。フレグランスと同じ香料を贅沢に配合し、ふわっと上品に香ります。また、パサつきがちでまとまりにくい髪を、シルクプロテインやパールエキス、マリンコラーゲンなどの保湿成分がコシのあるしなやかな髪に導きます。フレグランスとの併用で、"イイ香りのする女性"として魅力を振りまいて!

左から/サムライウーマン シャンプー 550mL、コンディショナー 550mL、トリートメント アウトバス 120g、トリートメント 200g、シャンプー 220mL、コンディショナー 220mL
※ボディケアシリーズも好評発売中。
●問い合わせ先
株式会社 SPR ジャパン
☎03-5459-4414
http://www.sprjapan.com

提供/株式会社 SPR ジャパン http://www.sprjapan.com
香水問い合わせ先/株式会社 ウエニ貿易 ☎03-5815-5707 http://www.fragrance-u.jp/

慧美 vimee.net
蝴蝶 hudie.com

欲しい運を呼び込む! 開運財布20

恋愛運

KEY COLOR

★リッチな男性を引き寄せるピンク系カラー。心を通わせたり気持ちをつなぐ、ハート&リボンモチーフもマル

Bill Blass
ビル ブラス
1

TOFF & LOADSTONE
トフ&ロードストーン
2

Samantha Thavasa petit choice
サマンサタバサプチチョイス
3

Lyla Black
ライラ ブラック
4

KIRALY
キラリー
5

❶ベビーピンクの上質なメ
シュレザー。（10×19／
れ1、小銭入れにもなる
ケット1、カード入れ11、
ケット2）¥19950／ドゥー
ィエム クラス ラリュー

❷バックルつきのチェリー
ンクは収納力大。（10×1
／札入れ3、小銭入れ1、
ード入れ12、ポケット1）
28350／ユナイテッドアロー
[illegible]

❸清楚な白。ゴールドのハ
トがきらり。（9×19／札
れ3、小銭入れ1、カード
れ15、ポケット3）¥152
／サマンサタバサプチチョ
ス プランタン銀座店

❹恋をより引きつけるというマゼンタピンクのスエード。コンパクトな手のひらサイズで持ち運びもスムーズ。（11×11／札入れ1、小銭入れ1）¥7875／ブラッシュ&ラッシュ

❺プチなポニー素材のアニマル柄に、ピンクのリボンがキュートな決め手。（7.5×11／仕切り3、カード入れ2）¥11550／ナノ・ユニバース グラウンドフロアー 新宿

風水アドバイス

お財布の金具の部分に、華やかなお花やピーチの香水を指でトントンとのせて、甘い香りでも恋の予感を呼び込みましょう。さらにチャームをつけるなら、素敵な出会いを運んでくれるパンプスや、心の鍵を開くキーモチーフも効果的ですよ

仕事運

KEY COLOR

★落ち着いたブラウン系のトーンやベージュ、トレンドカラーでもある、パープルやグリーンもおすすめです

LONGCHAMP
ロンシャン
1

kate spade
ケイト・スペード
2

ANYA HINDMARCH
アニヤ・ハインドマーチ
3

PAUL & JOE SISTER
ポール & ジョー シスター
4

russet
ラシット
5

❹グリーンのボディに型抜きのドッドがキュート。曲線的カットのフラップも優しげ。（9×19／札入れ2、小銭入れ1、カード入れ12、ポケット2）¥16800／ワグ インク

❺モダンな柄様のベージュ×茶コンビ。小銭入れの中に仕切りもあって高機能。（10.5×19／札入れ2、小銭入れ1、カード入れ15、ポケット5）¥22050／ラシット丸の内店

❸深いパープルに、ゴールドのスタッズ&リボンは風水効果大。（10×19.5／札入れ2、小銭入れ1、カード入れ6、ポケット2）¥50400／アニヤ・ハインドマーチ ジャパン

❷ベージュ×オレンジのコンビ。丸い金具がポップな雰囲気。（11×19.5／札入れ3、小銭入れ1、カード入れ12、ポケット1）¥28350／ケイト・スペード ニューヨーク

❶鮮やかパープル。表は
入れ、裏はカードや定期
入る張りあわせの二つ折
（9×11／札入れ2、小
れ1、カード入れ10）¥2
／ロンシャン・ジャパン

風水アドバイス

まずはレシートやポイントカード、クーポン券などお札以外の紙をなるべく入れっぱなしにしないようにしましょう。次にお札は金額ごとに、すっきりと並べること。きちんと整理整とんして、きれいに使うことで運気がよりアップしますよ

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

NIWAKA
KYOTO
www.niwaka.com
BRIDAL COLLECTION
蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

金運

KEY COLOR

★ゴールド、シルバー、ブロンズにイエロー、お金を守ってくれる黒も。ラインストーンやスタッズ使いも効果的

❺つやや[illegible]な黒の[illegible]な型押しレザー。ストラップつきで持ちやすいのもうれしい。(11×19／札入れ1、小銭入れ1、カード入れ10、ポケット[illegible])¥68250／[illegible]ドゥロワー　青山店

❸黒リボンに♡。（11×19.5／札入れ2、小銭入れ1、カード入れ10、ポケット2）¥16800／ビューティ&ユース ユナイテッドアローズ　渋谷キャットストリート店

❶ポシェットにも。(8.5／札入れ1、小銭入れ1 ードス入れ13、ポケット1 800／ザ　グランドホテル オーターフォール　トウ ウ　by　A·D·M·J

❹シャイニーなゴールドに、ビッグサイズのスタッズをあしらい、リッチ感さらにアップ。（10×19／札入れ2、小銭入れ1、カード入れ6）¥10290／ビームス　street　1F

❷黒×ゴールドのレザー シュ。フリンジ使いもポ ト。（10×20／札入れ2 銭入れ1、カード入れ6 ケット2）¥52500／アニ ハインドマーチ　ジャパ

風水アドバイス

小さな純金のコインをは の小銭と接触しないよう お財布の中に忍ばせて。 た、自分よりお金持ちの とお札を交換したり、財 の値段が「金額的に今の 分より少しランクが上か と思うものを選ぶのもマ

全体運

KEY COLOR

★2010年に運気向上を引き寄せるのは、パステルイエローやピュアホワイト、ベージュ、ライラックピンクなど

風水アドバイス

来年は「清浄化」がポイ ト。月に1回お財布の中 すべてを出して入れ直す とで、リセット作用が高 り運気がよくなります。 れは、どのお財布にも言 ることですが、防水スプ ーをかけるなどして、キ イに使うことも大切です

❶「浄化・再生」を意味 クリアな白。ファスナー プ。（11×19／札入れ3 銭入れ1、カード入れ12 ケット2）¥26250／ケイ スペード　ニューヨーク

❷くすみのないイエロー さなリボンが可憐なアク ト。（10×19.5／札入れ 小銭入れ1、カード入れ ポケット2）¥16800／ト バッグ　ディヴィジョン

❸シャーベットイエロー つ折りデザイン。ギャ リボン使いがソフトで さいっぱい。(9.5×13 れ2、小銭入れ1、カー れ6）¥12600／エリッ

❺バックル&タッセルつきの洗練されたデザイン。(9.5×[illegible])¥[illegible]／サマンサタバサニューヨーク [illegible]店

❹さわやかなラベンダーに、ゴールドのプレートあしらいが冴える。（9×19／札入れ3、小銭入れ1、カード入れ12、ポケット5）¥13650／トランバッグ　ディヴィジョン

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com
Unilever
遊ぶ、香り肌。
さらに、高垣麗子さんに会えるチャンスも!
詳しくはこちらから
慧美网
vimee.net
お問い合せ先／ユニリーバお客様相談室 0120-110-747
http://www.lux.co.jp

蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

エスエス製薬

hudie.com

「痛くない、痛くない」と、
イメトレしたけど、やっぱり痛い…。

慧美网
vimee.net

だから、いつもそばにイブA錠。

この医薬品は「使用上の注意」をよく読んでお使い下さい。アレルギー体質の方は、必ず薬剤師、登録販売者にご相談下さい

蝴蝶网
hudie.com

…レンジョンが実現!!

leansing

tion

はまだ まさる

抜群のセンスと卓越したテクニックで、"美"に妥協しない女性から圧倒的な支持を集めるヘア&メイクアップアーティスト。彼のテクは、色の組み合わせが絶妙と評判。

イクは
ジングから!

…。人気ヘア&メイクアップアーティスト、濱田マサルさんが
の重要性を訴えかけるイベントが開催されました。

っかり落とすことが大切!

9月6日。クロの日に、「ポンズ ブラッククリーンシリーズ」の登場を記念したイベントが、六本木ヒルズアリーナで開催されました。

このイベントのナビゲーターを務めたのがヘア&メイクアップアーティストの濱田マサルさん。ステージに登場した濱田さんは、開口一番「女性の美しさを引き出すのに、"肌のキレイさ"に勝るものはありません。肌の質感はメイクで変えられるけど、肌の存在感や雰囲気はメイクでは変えられないもの。キメやハリ、若々しさを保つには日々のメンテナンスが重要です」とコメント。さらに、「キレイな肌を育むためには、毎日、キチンとクレンジングすることが重要です!」と、会場に詰めかけた大勢の女性にアドバイスしました。

そんな濱田さんが絶賛するクレンジを配合した『ポンズ ブラッククリーン クリーミークレンジング』。メイクをしっかり落とし、うるおいのある美肌に導きます。濱田さんが提案したばっちりメイクをスピーディ&やさしく落としていくデモンストレーションのあとは、会場が大歓声に包まれました。

「美肌を育むには、日々の積み重ねが大切。今日からキチンとクレンジングすれば、1ヶ月後、2ヶ月後、半年後

美网
vimee.net

ばっちりメイクの“謎の女性”は誰!?

Collection report

クールメイク、愛されメイク、舞妓メイクなど、濱田さんが提案する、最新メイクで登場した女性たちが、「ポンズ ブラッククリーン クリーミークレンジング」を使ってメイクを落とし、再度、"すっぴん風メイク"で登場! なんと、メイク美人のひとりは、「ポンズ ブラッククリーンシリーズ」のイメージキャラクターである女優・黒谷友香さんでした。黒谷さんの見事な変身ぶりと「ポンズ ブラッククリーン クリーミークレンジング」のスゴさを目の当たりにして、イベント会場に集まった女性たちからは、歓喜に満ちたどよめきが!

ホームページでイベントの動画を配信中!! http://www.ponds.jp/black/

ポンズ×濱田マサルの異

POND'S Blac
Coll

グッドメ
グッドクレン

"すっぴん肌"がキレイでなければ、ワンランク上のメイクは成り立
より美しくなりたいと願う女性たちに、毎日のクレン

"謎の女性"の正体は女優・黒谷友香さん!!

Tomoka's message

「ポンズ ブラッククリーン クリーミークレンジング」に変えてから肌がイキイキしてきたみたい。もちろん、メイクのノリも以前より、良くなりました。

毎日のメイクをやさしく&

さらに、「メイクしたまま寝るのはNG！ 次の日、意外と平気だと思っていても、3日後くらいに荒れてくるはず」と苦言をていする一幕も！

トップ・ヘア&メイクアップアーティストの濱田さんがオススメする『ポンズ ブラッククリーン クリーミークレンジング』。ぜひ、あなたの肌で試してください。きっと、そのメイク落ちと心地よさに驚くはずです。

Check!

濱田マサルのメイク落としワンポイントアドバイス

まずは、クレンジング剤を手のひらで温めること。そうすることで肌馴染みがグッと良くなります。そしてやさしくマッサージするように、肌の上に指をすべらせてメイクを落としましょう。さらに、マスカラを付けたまつ毛は、クレンジング剤をなじませたあと、こすらず、つまむように落とすのがベスト！　最後に温かいお湯と水で交互にすすぐと肌の代謝が上がります。

濱田マサル オススメ!

黒さに秘密アリの次世代クリーム*

ポンズ ブラッククリーン クリーミークレンジング

150ml／オープン価格　*ポンズ初の黒いクレンジング

竹炭配合で汚れをしっかり吸着!

天然洗浄補助成分の竹炭を配合。メイクや汚れをしっかり吸着して、アイメイクや頑固なマスカラも素早くスッキリ落とせます。肌のうるおいを守りながら、しっとりした洗い上がりを実現。

肌にやさしい独自技術を採用!

なめらかな使い心地を実現した「ポイントクリーミー技術」を採用することで、クレンジングのときにかかる肌の摩擦を軽減。

W洗顔にはコレ!

ポンズ ブラッククリーン 洗顔フォーム 100g／オープン価格

提供／ポンズ ☎0120-500-076（受付時間 9:00～17:00 土・日・祝除く） http://ponds.jp

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

for him

心をこめて、仕事でも活躍するショルダーを私からプレゼント

淡い茶のレザーに「オプ アート」のエンボスがきいたモダンなショルダーは毎日の通勤にも休日にも活躍！ バッグ「コーチ オプ アート レザー フラット クロスボディー」（28×33×4）¥65100／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン コート¥39900／ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 渋谷マークシティ店 パンツ¥16800／パドル（コート ロール） マフラー¥3990／アーバンリサーチ ドアーズ 茶屋町店

for her

彼からもらったトートがこの冬、いちばんのお気に入り！

クロコのエンボス加工がエレガントな雰囲気を醸し出す、大人のためのトート。冬こそピュアな白で、ワンランク上のおしゃれ感と清楚な魅力をアピール！ バッグ「コーチ Peyton エンボスド エキゾチック トート」（30×26×15）¥75600／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン コート¥19950・スカート¥14700／ビームス street 1F 靴¥44100／ファビオ ルスコーニ 六本木店 マフラー¥19950／アーバンリサーチ 渋谷 タイツ¥1470／タビオ（靴下屋）

慧美网
vimee.net

Christmas by Coach '09

デートに、
パーティーに、
冬イベントに
連れていきたい!!

12月は最新「コーチ」で盛り上がれ！

通勤にフル活躍のきちんとバッグはもちろん、パーティーやデートにぴったりの華やかアイテムまで、どんなシーンでも素敵な私になれる新作がいっぱい。自分へのごほうびも、彼とのお揃い選びも、「コーチ」で全部かないます！

コーチ [illegible] 今年のクリスマス [illegible] クロコタイプの型押しメタ [illegible] なタイプ 鮮やかなピンクで大人の [illegible] ピール！ バッグ／コーチ・P [illegible] ンボスド エキゾチック キャリーオール（22×31×12）¥84 000／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン ジャケット [illegible] 有楽町マルイ店 [illegible] トリ [illegible] スカート [illegible] 25200 [illegible]（シェリー）

構成・文／熊谷彩子　撮影／菊地　哲（ダイナミック／モデル）　石沢義人（製品）　ヘア&メイク／面下伸一（ダイナミック）　モデル／ [illegible] 中 [illegible] サイズ [illegible] で [illegible] です

V慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

ルもとびきり可愛く!

◎シグネチャー×ピンクレザーのコンビでコーデが華やく。バッグ「コーチ Peyton シグネチャー サティーン キャリーオール」(22×31×12) ¥63000／コーチ・カスタマー[illegible]ビス・ジャパン コート¥39900／アンドマーカス(イ[illegible]タティスケリー) [illegible]ピース¥19950 [illegible]

◎端正なデザイン＆ゴールドがきちんと感をUP。バッグ「コーチ Peyton レザー ラージ キャリーオール」(24×34×12) ¥75600／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン ジャケット¥50400・ファーティペット¥9450／パナシェ(シェリー) ニット¥13440 (リンゼイ)・スカート¥18690 (アラ・アラ)／ファー ピアス¥9450／フィルム ネックレス¥7140／ビームス ボーイ池袋

vimee.net
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

新「ペイトン コレクション」で、どんなスタイ

時の新作は、ノーブルな雰囲気でコーデに合わせやすいのが魅力。お気に入りのバッグがあれば、見て見て! こんなにおしゃれ!

慧美网
vimee.net

◉清潔感あるキャンバス×レザーと色使いがカギ！ バッグ「コーチ Peyton キャンバス オブ アート ラージ ショルダー バッグ」（35×40×11）¥65100／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン タンクトップ¥7350・ジーンズ¥30450・大判ストール¥30450・ロングマフラー¥22050／ハリコットルージュ プレスルーム 靴¥23100／ジュエルチェンジズ 渋谷店（ジュエルチェンジズ）

◉トレンドのメタリックゴールドを使ったシンプルトートなら、インパクトがありつつも大人っぽく決まる！ バッグ「コーチ Peyton レザー トート」（30×26×15）¥63000／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン ワンピース¥19950／アンドマーカス（ジルテッド ユース） レギンス¥1050／タビオ（靴下屋） 靴¥27000／LA☆CELEB（Jeffrey Campbell） ストール¥3680／アクセサライズ原宿店 タンクトップ／私物

全モデ

蝴蝶网
hudie.com

A4サイズの書類が入る、お仕事バッグの本命！

コーチ Peyton エンボスド エキゾチック キャリーオール

あえて装飾を控えめにしたクール派。ターンロックとサイドのリボンに「コーチ」らしさが光る。冬コーデに映える白はクロコ調エンボスでリッチに。¥84000／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

●サイズ／22×31×12
●ポケット数／外4、内4
●重さ／950g

レトロな雰囲気が今っぽいミニマムなショルダー

コーチ Peyton レザー ショルダー バッグ

使い込むほど味わいが増すソフトレザーをやや大きめサイズのワンショルダーに。「コーチ」のアーカイブを彷彿とさせるディテールと軽さが自慢のポイント。カジュアルな着こなしも大人顔に仕上がる。バッグ¥59850／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン　ニット¥9975／オンワード樫山（ローズブリット）　チェックシャツ¥10500・スカート¥10500／B 2nd 神南レディス店　ピアス¥5040・ネックレス¥37800／ジュエルチェンジズ 渋谷店

●サイズ／30×30×13
●ポケット数／外0、内3
●重さ／720g

本当に使える色だけのバリエがうれしい

2

1

3

❻中仕切りがファスナーつきポケットになっていて使いやすい

4

❶ゴールドのターンロックでエレガントな魅力がアップ・❷黒は合わせやすいだけでなく、今年らしさも満点！・❸さし色使いにはブルーがおすすめ・❹全体をライトゴールドでまとめたインパクト派。❶～❹「コーチ Peyton レザー キャリーオール」（22×31×12）各¥6930・❺❻おなじみシグネチャーをシックにアレンジ。「コーチ Peyton シグネチャー サティーン キャリーオール」（22×31×12）各¥63000・❼ポップな「オブ アート」と、知的な雰囲気を醸しだす淡いトーンのカラーリングが冬スタイルにマッチ！「コーチ Peyton キャンバス オブ アート キャリーオール」（22×31×12）¥63000／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

カッコよく決めるなら黒をチョイス！

❸見た目以上の収納力。外見はシャープ、中はキュートな仕掛けもうれしい。「コーチ Peyton レザー ショルダー バッグ」（30×30×13）¥59850／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

❹（上）ライナーはキュートなベージュのドット柄（下）左右の小さなターンロックがチャームポイント

ランチにはミニポーチで出かけましょ♡

1

2

3

お財布やちびポーチを余裕で収納できるコンパクトサイズ。❶「コーチ Peyton キャンバス オブ アート トップ ハンドル ポーチ」（15×22×10）¥28350・❷❸「コーチ Peyton シグネチャー サティーン トップ ハンドル ポーチ」（15×22×10）各¥28350／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

❹（上）カラフルなサテンのライナーまで抜かりナシ（下）ここにもミニミニサイズのターンロックが！

持ってて自慢！の「ペイトン コレクション」

旬を取り入れたルックスと優秀な機能性を両立。しかも、今年スタイルにぴったりの色が揃っているから、どれにするか迷っちゃう！

普段使いに求めるワガママをパーフェクトにクリア

コーチ Peyton エンボスド エキゾチック トート

柔らかいレザーを使ったシンプルトートは、ポケット数も収納力もばっちりなうえ、驚くほど軽量！旬のフューシャピンクでおしゃれに差をつけて。¥75600／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

- ●サイズ／30×26×15
- ●ポケット数／外2、内3
- ●重さ／680g

荷物が多い日もおまかせのクールなビッグサイズ

コーチ Peyton レザー ラージ キャリーオール

右のタイプよりひと回り大きめ。大容量でも持つとすっきり見えるバランスのよさは2ページに登場の"お墨付き"が保証ずみ。オールマイティな黒は最強！ ¥75600／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

- ●サイズ／24×34×12
- ●ポケット数／外4、内4
- ●重さ／920g

色も素材も柄も、多彩なラインナップ

5

4

1

←❶❷❸光沢サテン調のシグネチャー×レザーのコンビでフェミニンな表情に変身。ヘリテージロゴのミニチャームも自慢。「コーチ Peyton シグネチャー サティーン トート」（30×26×15）各¥57750・❹「オブ アート」のチャームつきモデルは、フラッグシップストアのみで発売。急いで！「コーチ Peyton インレイド C トート」（30×26×15）¥75600・❺キャンバス×レザーの素材MIXで軽やかに行こう。「コーチ Peyton キャンバス オブ アート トート」(30×26×15) ¥57750・❻❼❽スタイリングを選ばず活躍する、すっきりとしたレザータイプも充実。「コーチ Peyton レザー トート」(30×26×15) 各¥63000／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

5

2

6

8

6

7

3

←きれい色またはドット柄のライナーを採用

↓サイドについた小さなリボンが愛らしい

7

vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

❶❷❸の矢印付き注記：

◐手のひらサイズなのに、カード入れが7つもあって優秀。クラッチや小さめバッグの時に超便利！ ❶❷❸シックな色使いが大人フレーバー。「マディソン レザー スモール ウォレット」・❸光沢を放つパテントもベージュならシックな趣。「マディソン パテント スモール ウォレット」・❹❺❻❼パーティーにはカラフルな色を連れてって。「マディソン エンボスド クロコダイル スモール ウォレット」（❶～❽すべて8×9）各¥22050／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

1 大ヒット御礼！「COACH Poppy」の売れ筋BEST3

◐スマッシュヒットを飛ばしたバッグの中でも売れ売れだったのがこの3型！ ❶ポップなアップリケが人気の理由。「コーチ Poppy ポップ C アップリケ Spotlight」（35×30×12）¥69300・❷クラス感あるゴールドに支持集中。「コーチ Poppy レザー Spotlight」（28×25×10）¥59850・❸1週間で売れた個数史上歴代1位の記録を樹立！「コーチ Poppy シグネチャー サティーン Groovy」（16×30×9）¥34650／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

3 小さめバッグにもOK！ミニ ウォレットが人気

2 カジュアル派は「アレックス」を狙え！

◐ショッピングバッグのような軽快な雰囲気にLOVE♡ ❶ナイロン素材。「アレックス キルテッド トート」・❷大人配色。「アレックス マルチ オブ アート トート」（32×24×15）各¥47250／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

◐女らしいラズベリーのパテントにCのステッチを施した新鮮デザイン。ストラップを斜めがけするとよりカジュアルな印象に。ヘリテージロゴが描かれた丸プレートが、新しいアイキャッチに！ バッグ「アレックス スティッチド パテント スモール トート」（26×19×13）¥52500／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン ジャケット¥72450・カチューシャ¥2625／ビームス street 1F ワンピース¥18690／ブロンディ タイツ¥1050／タピオ（靴下屋）

4 バッグ&お財布がお揃いな人、急増中！

◐ピンクで合わせれば恋愛運もアップ!? バッグ「マディソン パテント トップ ハンドル ポーチ」（13×23×9）¥32550・財布「マディソン パテント スモール ウォレット」（8×9）¥22050／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

5 最新キーフォブはデカめが気分♪

◐大きいものをひとつつけて目立たせるのがトレンド。❶「パテント レザー オブ アート フラワー チャーム」¥6300・❷こっそり写真をIN。「シグネチャー C レザー ハート ピクチャー フレーム キーフォブ」¥7350・❸これも写真入れに。「オブ アート パテント ピクチャー フレーム キーフォブ」¥7350／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

蝴蝶网

欲しいものだらけ! コーチ最新NEWS15

女子の買物ゴコロに火をつける可愛いバッグ&小物のオンパレード! 彼へのおねだりもここから選んじゃお♡

6 「コーチ Poppyちゃん」のクリスマス限定トートが!

⊕パテント、スパンコール、ビーズで遊びを加えてキュートに。プレゼントに欲しい! (右)「Cherry Poppy-chan トート」・(左)「Pepper Poppy-chan トート」(36×35×5)各¥33600/コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

「コーチ Poppyちゃん」とは?

女の子の心の中にいる7人の小さな女の子たち。Pepperちゃんはクールな個性派でクラブ好き。Cherryちゃんはスキップが好きな探検家! Pepperちゃんと Cherryちゃん以外の女の子たちには、春に会えるよ! お楽しみに♥

7 パンチある80'sデザインはいかが?

1 2 3 4

⊕黒もレオパード柄もスパンコールで派手にいこう! ❶「アマンダ レオパード シークイン フラップ クラッチ」(14×26×3)¥59850・❷「アマンダ シークイン ラージ コスメティック ケース」(15×24)¥24150・❸「アマンダ レオパード シークイン ラージ リストレット」(15×24)¥52500・❹「アマンダ シークイン ラージ リストレット」(15×24)¥29400/コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

8 腕時計でファン魂をアピール

⊕存在感大のフェイスが目を引く腕時計も、バッグに負けず劣らずヒット中! (右から)「コーチ Poppy SS ストラップ」¥30450・「Emma ストラップ」¥45150・「コーチ Poppy スター ストラップ」¥30450/コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

10 ルックスよし! 機能よし! の長財布揃ってます

⊕上品カラーとエンボス加工でクラス感を漂わせたタイプがイチ押し! お財布ひとつでのお出かけもさまになる。財布「マディソン エンボスド クロコダイル アコーディオン ジップ アラウンド」(10×19) ¥47250/コーチ・カスタマーサービス・ジャパン ニット¥18900/パナシェ(シェリー) 帽子¥24150/ハリコット ルージュ プレスルーム ネックレス¥6825/デュアル スレッド 有楽町マルイ店

⊕使いやすいと大評判の形は、コイン入れ、大ポケット2、カード入れ12と収納力たっぷり。「マディソン エンボスド クロコダイル アコーディオン ジップ アラウンド」(10×19) 各¥47250/コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

9 おしゃれに差がつく"だまし絵"柄

1 2 3 4

⊕ターンロックやチェーン柄がユニーク! ❶「ジュエル レザー コンパクト クラッチ」(10×14)¥42000・❷「ジュエル レザー アコーディオン ジップ アラウンド」(10×19) ¥47250・❸「ジュエル レザー コイン ケース」(φ9) ¥10500・❹「ジュエル レザー ミディアム スキニー」(9×13) ¥11550/コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

➲バリエ豊富に揃った星モチーフを狙い撃ち。手頃なプライスで彼にもおねだりしやすい♪ ❶「スターリング シルバー パヴェ スター リング」¥18900・❷「スターリング シルバー グリッター スター リング」¥15750・❸「スターリング シルバー ミニ パヴェ スター イヤリング」¥18900・❹「スターリング シルバー シグネチャー スター イヤリング」¥14700・❺「スターリング シルバー グリッター スター ネックレス」¥17850・❻「スターリング シルバー ダブル スター ネックレス」¥21000／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

12 おねだりしたい♡ キュートな 星ジュエリー

➲ターンロックに続くアイコニックな金具を施した、注目の新コレクション。フラッグシップストアのみで販売。「クリスティン レザー Darcy」(18×35×2) ¥56700／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

11 「クリスティン」で、次の流行をお先に!

➲旬カラーを1点投入。コーデが盛り上がる! ❶「パテント レザー ループ ウィズ エナメル チャーム ランヤード」¥8400・❷「パテント レザー ループ ウィズ エナメル カット アウト チャーム ランヤード」¥9450・❸「エンボス オブ アート パテント Leah トート」(27×40×13) ¥73500・❹「エンボス オブ アート パテント スモール Leah トート」(19×29×9) ¥59850／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

13 バッグにも ベリーカラー 旋風到来!

➲人気のお財布も今年らしいベリーカラーが充実。❺「ペネロピ エンボス パテント レザー スリム エンベロープ」(10×19) ¥36750・❻「ペネロピ エンボス パテント レザー アコーディオン ジップ アラウンド」(10×19) ¥38850・❼「ペネロピ エンボス パテント レザー コンパクト クラッチ」(9×13) ¥34650・❽「ペネロピ エンボス パテント ミニ スキニー」(9×13) ¥10500／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

慧美网 vmee.net

➲取りはずし可能なチェーンつき2WAYデザインで、使い方は自由自在。メタリックゴールドのきらめきで、特別なシーンのコーデにゴージャスな花を添えて! バッグ「ガーネット テクスチャード メタリック クラッチ」(16×29×8) ¥47250／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン ワンピース¥23100／アンドマーカス (インパクティスケリー) ネックレス¥12000／LA☆CELEB (Kenneth Jay Lane) タイツ¥1050／タビオ(靴下屋)

14 旬クラッチが パーティースタイルの 主役!

➲❶❷ギャザーを寄せたフォルムも可愛い。ピンクはフラッグシップストア限定販売。「ガーネット テクスチャード メタリック クラッチ」・❸ベルベット調で落ち着いたムード。「ガーネット オブ アート ベルベット クラッチ」(❶～❸すべて16×29×8)各¥47250／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

➲ポップな「オプ アート」が優しい配色やハート形など、フェミニンに進化。キーリングやストラップつきのモデルはチャームとしてバッグを飾っても。❶「ウェイバリー コーテッド キャンバス ビルフォード ミニ ウォレット」(9×10) ¥23100・❷「ウェイバリー コーテッド キャンバス ミニ スキニー」(9×14) ¥8400・❸「ウェイバリー コーテッド キャンバス リストレット」(10×15) ¥9450・❹「ウェイバリー コーテッド キャンバス ハート コイン パース」(9×11) ¥10500／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン

15 オプ アートが 可愛く アップデート

●問い合わせ先／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン 0120・556936 www.coach.com

Christmas by Coach '09

for him

私が贈ったバッグもうん、すごく似合ってる！

ラフなナイロン素材がカジュアルコーデにぴったり。バッグ「ブリーカー ナイロン クロスボディー」(27×35×15) ¥38850／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン ジャケット¥63000・パンツ¥14700／ハリウッド ランチ マーケット Tシャツ¥8190／ビームス ボーイ池袋 靴¥19950／リズム ニット帽¥9450／GDC Tokyo クロスチャーム¥23100・チェーン¥4725・コインチャーム¥17850・チェーン¥6300／ロイヤルオーダー新宿伊勢丹本館店

for her

チェックのバッグを選ぶなんて彼もなかなかやるじゃん！

ピンク系のタータンチェック×シグネチャーの新鮮コンビは可愛さMAX！ シンプルな着こなしを今ドキに仕上げるインパクトあり。バッグ「コーチ Poppy タータン Spotlight」(28×25×10) ¥52500／コーチ・カスタマーサービス・ジャパン カーディガン¥43050・ブラウス¥27090／グリード 渋谷店 ショートパンツ¥16800／アングローバルショップ 表参道 靴¥40950／ハイブリッジ インターナショナル（コルソ ローマ，9） ネックレス¥7140／B'2nd 神南レディス店

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

きちんと派は…甘口コート

華やぎのある存在感で魅了 リッチツイード

小顔効果とコーデ力で

すっきり小顔を演出す
ーカラーが根強い人気
。冬の定番グレイを
スに。フリルをきかせ
人の可愛さを底上げ。
ト¥22050／フリーズ
ップ　ワンピース¥29
グリード　渋谷店（グ
ト　インターナショナ
　靴¥20790／ローズ
ド（パオラ　フェリー）
ツ¥12600／ビューティ
ース　ユナイテッドアロ
渋谷公園通り店（ビ
ティ&ユース）　ネッ
¥10500／NINE　青山

右●ミックスカラーのツイードがリュクスなジャケット。×サルエルパンツで、ヌケ感のある甘辛コーデに。ジャケット¥59850／ドゥーズィエム　クラス　ラリュー（ラリュー　ドゥーズィエム　クラス）　ブラウス¥12810／スナイデル　パンツ¥8925／スピック&スパン　仙台パルコ店　靴¥18900／ギルド　ジャコモ　ギャラリー　オン　ザ　ウェーブ（ギルドジャコモギャラリー）　バッグ¥39900／アナトリエ神南店（ケン　ケン　ケン）　ネックレス¥7875／NINE　青山

カーリーなシルエットがハート直撃の**Aライン**

大きな衿にタータンチェックがクラシカルなコート。フロントのタックやフレアの袖が、すらっと立体感のある美シルエットを演出。コート¥72430／グリード　渋谷店（グリード　インターナショナル）　ブラウス¥26250／パンソー　表参道店（ルル　ロジェッタ×パンソー　クチュール）　ジーンズ¥11550／イエナ心斎橋店（イエナ　スローブ）　靴¥14175／ピバ・サーカス（ハース）　バッグ¥30450／NINE　青山　ネックレス¥18900／TOMORROWLAND（a

大人めファーなら、エレガントさMAX！インは辛口、で鉄板コーデ完成！

大人リッチなファージャケットは、はおるだけでいい女モード全開。コンパクトな着丈&ノーカラーで上半身をすっきりと演出。洗練されたバランスで着こなせる。インをモノトーンでまとめれば、コンサバすぎずちょいモードなイメージに。コート¥28350／シップス　ジェットブルー　原宿店（カージュ）　ジャンパースカート¥11550／ビームス　street（レイ　ビームス）　Tシャツ¥16590／クルーン　ア　ソング　新宿ルミネ1店（ディパステ）　靴¥9975／ヘザー　バッグ¥17850／アメリカンラグ　シー　横浜店　カチューシャ¥9450／ガリャルダガランテ　表参道店（ラダ）　ネックレス¥6090／ジュエルチェンジズ　渋谷店

構成・文／吉森美穂　撮影／福田秀世（モデル）　石沢義人（製品）　ヘア&メイク／大木　愛（アージェ）　モデル／比留川游　大屋夏南　竹下玲奈　加藤夏希　スタイリスト／石上美津江　撮影協力／MARUNOUCHI BRICK SQUARE　メゾンバルザック

vimee.net
hudie.com

クールに大きく二極化、人気ブランドの売れ売れ証言をもとに「買って損なし」の本命だけを総力ナビゲート。

OR さあどっち？

掲載製品の問い合わせ先リストは P268

蝴蝶网
hudie.com

カジュアル派は…
辛口コート

コンパクトなライダースで
冬トレンドを大幅リード！

完売店が続出した王者アイテム、ライダースはコンパクトさがキモ。これからの時季はパーカやストールを使ったレイヤードテクがさらなるおしゃれへのカギに！
ジャケット¥77700／ビューティフル ピープル パーカ¥15750／ドレステリア 神南本店 ワンピース¥12600／NINE 青山 靴¥5565／コンバース バッグ¥47250／アクアガール新宿（ヴィア レプブリカ） ストール¥34650／ドゥロワー 丸の内店（ドゥース グロワール）

モッズなワークできりっと旬を投入

冬の定番ワークアウターは、ゆったりとしたモッズ系が人気。なかでもボリュームファーや取りはずし可能なライナーつきなど、機能と防寒性に優れたデザインにラブコールが殺到中！
コート¥72450／シンゾーン 銀座（マイ ダルタニアン） カーディガン¥5145／ローリーズファーム Tシャツ¥4935／フリーズ マート（ダーティ・ハリウッド） パンツ¥13650／ナノ・ユニバース 東京（リー×ナノ・ユニバース） バッグ¥21000／スピック＆スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店（モンサラット デ ルーカ） ネックレス¥4935／シャンデリア 新宿（オピュール）

より大人に進化したクールミリタリー

左●コンパクトなラインにエポレットや金ボタンで、モードに生まれ変わったピーコート。ロックテイストにもジャスト。
コート¥39900／パンソー 表参道店 シャツ¥4095・ジーンズ¥5145／ローリーズファーム Tシャツ¥6300／アメリカンラグ シー横浜店 バッグ¥39900／スピック＆スパン 仙台パルコ店（マニア） エンブレム¥4725／ビームス ボーイ池袋（ウィチタ） ネックレス¥11550（エリカ アネンバーグ）・バングル¥4725（マリオン ゴタール）／シップス ジェットブルー 原宿店

右●ポップな配色が新鮮 ダウンはダークになりが な冬コーデに彩りをプラ ダウンジャケット¥6300 F.E.N.（デュベティカ） シャツ¥5040／ビームス ボーイ池袋（ビームス ーイ） スカート¥945 リミットレス ラグジュ リー 立川ルミネ店 ネ クレス¥5040／ナノ・ユ バース 東京（ル・フェ テ） タイツ¥1050／ダ オ（地下屋）

豊富な今年のダウン

vimee.net

真冬の答えはこの60着！ヒットコート 甘

今年HIT！のトレンドコートは、スイー

蝴蝶网
hudie.com

甘コート本命キーワード8

1 リッチツイード

ほどよい大人っぽさで洗練された甘辛コーデに

一枚でおしゃれ格上げ！華やぎミックスツイード

…やかな配色に、デ…の切替えがスタイ…シュなジャケット…ブ。¥35700／アダ…エ ロペ

…レイツイードはウ…でふんわり暖か。…050／ラ トータリ…ミネ…千田…（ラ…ータリテ）

…メ感のあるワイン…ドが大人。異素材…トが全体を引き締…。¥57750／フェル…ーネ 丸の内店

左●ピンク系のツイードがスイートな一枚。ボトムはクールカラーで引き締めて。コート¥[illegible]／シンゾーン 銀座（マイ ダルタニアン） ブラウス¥[illegible]／TOMORROWLAND（MACPHEE） スカート（インにショートパンツつき）¥13650／シャンデリエ [illegible]（[illegible]） 靴¥[illegible]／ロープバッド（ワーナー） バッグ¥24150／スピック＆スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店（ロサムンダ） ネックレス¥19950／スピック＆スパン ノーブル 六本木ヒルズ店（マルシア モーラン） タイツ¥1470／タビオ（靴下屋）

売れてます！

「アナトリエ」プレス・成田昇愛さん

店頭人荷1週間で即完売れのコートはシックな色合いのツイードが大好評。残りわずかです

「シンゾーン」プレス・西村佳純さん

着こなしの幅が広がるツイードコートは展示会＆店頭で多数問い合わせをいただきました！

右●国内人気ブランド「ルル ロジェッタ」とのコラボジャケットは、「アナトリエ」のみで購入可能のレアもの。ファーつきに加え、シックカラーのツイードと美シルエットで大人可愛い魅力いっぱい。コート¥60900／アナトリエ神南店（ルル ロジェッタ×アナトリエ） ニット¥19950／ファウンドフレス恵比寿 ジーンズ¥12600／アバハウスインターナショナル（ラクレーム アバハウス・ドゥヴィネット） 靴¥19950／シンゾーン 銀座（マイ ダルタニアン） バッグ¥29400（マニキュア フィンガー）・ネックレス¥16800（ラダ）／アバハウス・ドゥヴィネット リュクス代官山店 帽子¥8925／ミュージアム フォー シップス（ビジュー アール・アイ） バングル（3本セット）¥7980／TOMORROWLAND（a.v.max）

美网
vimeme.net

4 ダッフル

衿もとのボリュームファーで愛らしく

コンパクトダッフルならボトムとのバランスも二重マル

左●コート¥52500／グリード 渋谷店（グリード インターナショナル） Tシャツ¥8295／アクアガール代官山（ジェイド ジュゼベル ジャガー） パンツ¥11550／ローズ バッド（アナザーレッド） 靴¥17650／スピック＆スパン 仙台パルコ店（レンゾ フォンタネリィ） バッグ¥29400／アングローバル ショップ 表参道（マルコ ブジャーニ） ネックレス¥12600／ナノ・ユニバース 福岡 ブレスレット¥4725／ナノ・ユニバース 東京

右●コート¥60900／ビューティフル ピープル シャツ¥29400（ラリュー ドゥーズィエム クラス）・バッグ¥71400（トレジャ）／ドゥーズィエム クラス ラリュー スカート¥13650／アナトリエ神南店 靴¥14175／ビバ・サーカス ブライヴ リラクシング（ブライヴ リラクシング） タイツ¥1680／タビオ（靴下屋）

売れてます!
『グリードインターナショナル』プレス・山本了子さん
フォックスファーをふんだんに使用したデザインダッフルは店舗予約100件超え達成！

（上）ブルー×ブラックのチェックにベルト使いが大人。¥59850／シンゾーン 銀座（マイ ダルタニアン）
（下）裏地のチェックがトラッドな、ベーシックタイプ。¥35700／ジュエルチェンジズ 渋谷店（ロンドン トラディッション）

蝴蝶网
hudie.com

2 ノーカラー

形も素材感もノーブル！ 女らしさが高まって

（上）リボン＆ウエストのタックがラブリー♡ ¥45150／ル ドーム イエナ丸の内店（イエナ）
（下）胸もとのポケットがすっきりとしたシルエットを演出。¥42000／アメリカンラグ シー横浜店（アメリカンラグ シー）

売れてます!
『ドレステリア』プレス・白川綾子さん
上品デザインに、クリーンな色味がマッチ。常にリースでお出かけ中の人気者です

やわらかなホワイトがフェミニンなコート。レオパードワンピで、スタイリッシュな大人の着こなしに。
コート¥69300／ドレステリア 神南本店 ワンピース¥26250／アクアガール新宿（クローラ） 靴¥24150／オドゥール・ド・オフェリア（リコフェリア） ネックレス¥19950／スピック＆スパン アクセソワーズ メディアモール大阪店（メディシン ドゥース） タイツ¥1050／タビオ（靴下屋）

5 ショート丈

上品カジュアルをとことんリード♪

イノセントなのコートは[illegible]てくれる万能選手。パールボタンがカジュアルなデニムとの組み合わせをリッチに仕上げ。
コート¥33600／ル ドーム イエナ丸の内店（イエナ） ブラウス¥12600／ラ トータリテ ルミネ新宿店 ジーンズ¥29400／ドゥーズィエム クラス ラリュー（ノーバディ） 靴¥50800／GALERIE VIE（ロベルト デル カルロ） バッグ¥18900／ラウンジドレス 渋谷店

慧美网
vimee.net

（上）光沢ファーに丸ボタンでヴィンテージ風。¥33600／ミュージアム フォー シップス（シップス）
（下）お招ばれワンピにも合うデザインは、ラパンファーがリッチ★ ¥47250／スピック＆スパン ノーブル 六本木ヒルズ店（サム ローン）

（上）旬のナポレオン風コートは今季いちばんの買い。ショート丈なら使いやすい。¥39900／ブティック トレイズ（バナー バレット）
（下）パール衿がゴージャス。アクセいらずで華やぐ。¥51450／アナトリエ神南店（ルル ロジェッタ×アナトリエ）

売れてます!
『イエナ』プレス・青木華絵さん
白をベースにパールボタンとショールカラーで甘めに仕上げたショート丈は店内人気No.1

3 大人ファー

ゴージャスすぎないからデイリーにこなせる！

毛足長めのコートはノーカラー＆七分袖で重くならず、エレガントに着こなせるのが魅力。ボーダーやパールアクセでコーデをクラシカルにブラッシュアップ。
コート¥39900／スナイデル ニット¥7875／スピック＆スパン 仙台パルコ店 パンツ¥5145／ジーナシス バッグ¥14490／ラウンジドレス 渋谷店（ビック・ブッダ） 4連ネックレス¥13600／アバハウスインターナショナル（ルージュ・ヴィフ）

売れてます!
『スナイデル』プレス・豊山YAM瑞子さん
ラビットファーのコートはスタイリスト＆モデルがこぞってオーダー。完売間違いなし！

ずっと変わらぬ やさしさを。
牛乳石鹸
hudie.com
選ぶ、うる肌。
濃密泡でやさしく洗う
NEW
みずみずしい
うるおい肌
NEW
しっとり
うるおい肌
BOUNCIA
BODY SOAP
Bubbles with elasticity
gentle to the skin
バウンシア
慧美网
vimee.net
Bouncia
バウンシアボディソープ
PURE MOIST
ピュアモイスト
RICH MOIST
リッチモイスト
www.cow-soap.co.jp

8 フェミニンレオパード

「強さ」の抜けたチャーミングな進化系。
カジュアルに着てこそ可愛い！

hudie.com

売れてます!
『ドレステリア』
プレス・白川綾子さん

今シーズン人気のレオパード柄。可愛らしいノーカラータイプは店頭出し1カ月で完売！

ナチュラルモヘアで軽さのあるレオパード柄ジャケットは、ノーカラー＆大きなくるみボタンでスイートな魅力いっぱい！ パールアクセやスタッズつきクラッチなど、ビジューな小物とのアレンジでリッチモード全開に★
コート¥54600／ドレステリア 神南本店 Tシャツ¥6930／フリーズ マート（フリーズ マート インターナショナル） スカート¥19940／クルーン ア ソング（ジュヌヴィエーヴ） 靴¥27300／ラブクレール 銀座店 バッグ¥27300／シンゾーン 銀座（マイ ダルタニアン） ネックレス¥10500／アパハウスインターナショナル（アパハウス・ドゥヴィネット） 靴下¥1890／タビオ（ショセット）

vimee.net

↑ナチュラルな色合いのコクーンライン。レイヤードを楽しめるハーフ袖。¥66150／ビアズリー 自由が丘店

↓大人モードなシック系レオパード。¥31500／ビューティ＆ユース ユナイテッドアローズ 渋谷公園通り店（ビューティ＆ユース）

↑ゴールドのスパンコールが繊細に輝く。お招ばれやパーティーにも大活躍。¥45150／アナトリエ神南店

↓ビッグカラーがクラシカル。アンゴラ混素材で暖かく、リッチな着心地。¥69300／パンソー 表参道店

6 クラシカル

レディ気分の端正なデザインで不動の人気

売れてます!
『レイ ビームス』
プレス・島崎英美子さん

ベーシックで飽きのこないデザインが人気。すでに完売店もあり、追加発注決定！

ダブルボタンやウエスト切替えがレトロなコートは、冬アウターの王道。旬のショートボトムともジャストバランスでコーデ可能。
コート¥33600／ビームス street（レイ ビームス） ニット¥39900／ドレステリア 神南本店（ドレステリア） キュロット¥11340／フリーズ ショップ（フリーズ フレイズ） 靴¥29400／ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ（クッコ ディ マル） ネックレス¥13440／ガリャルダガランテ 表参道 靴下¥1050／タビオ（靴下屋）

↑大きなチェック… やか。ダブルボタン… スタンドカラー… 心も満載。¥12… ンダーカレント

↑レトロモダンなマン… ト型は今年っぽさ… 上品なパープル… ¥27300／ミニマム… ニマム ミニマム…

7 Aライン＆ビッグカラー

ゆるやかな落ち感がたまらなくフェミニン！

売れてます!
『ビアズリー』
プレス・永井路子さん

Aラインのゆったり取ったフレアが新鮮、とスタイリストから大人気で、常にリース状態

流れるフレアシルエットにシックな黒が絶妙！ レーシーなワンピを合わせ、思いきりレディに。
コート¥27300／ビアズリー 自由が丘店 ワンピース¥6195／ヘザー 中に着たタンクトップ¥5775／フレームワーク BC SALON 渋谷店（パーフェクト インパーフェクト オーガニック） 靴¥26250／オドゥール・ド・オフェリア（リコフェリア） バッグ¥23100・ネックレス¥10290／ガリャルダガランテ 表参道店 カチューシャ¥2940／アダム エ ロペ（ジェリファー オーレット） タイツ¥1050／タビオ（靴下屋）

辛 コート 本命キーワード8

1 コンパクトライダース

辛ロワンピには、黒ライダースをはおってカッコ可愛く!

ゆるカジを引き締める小さめなサイズ感!

右●黒レザーにラガーシャツ風ワンピースでハズしのきいたスポーツMIXアレンジ。フリンジブーツで今っぽいボリュームをトッピングして。
ジャケット¥39900／トコ パシフィック青山店（ジアーナ） ワンピース¥18900／クルーン ア ソング プレスルーム（フラミューム） 靴¥54050／TOMORROWLAND（ヴィチーニ・タビート） バッグ¥7140／ミュージアム フォー シップス（パロット キャンバス） ピアス¥11550／スピック&スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店（ゴルジャナ） タイツ¥1050／タビオ（靴下屋）

左●ぴたっとコンパクトなデザインには、ロックT&ボーイフレンドデニムでとことんクールに。柄ストールをゆるっと巻いて、セレブな遊び心をオン。
ジャケット¥49350／ユナイテッドアローズ 原宿本店 ウィメンズ館 Tシャツ¥10290／シンゾーン 銀座（マイ－ダルタニアン） ジーンズ¥18900／アメリカンラグ シー横浜店 靴¥26250／ルビーリベット有楽町（ピッピ） ピアス¥9240／スピック&スパン ノーブル 六本木ヒルズ店（モラ デザイン） スカーフ¥14700／TOMORROWLAND（ピント） ブレスレット¥7980／フリーズ マート（タイ）

…フェブラウンのス…トでトライしやす…¥30450／アバハウ…ンターナショナル…バハウス・ドゥ…ット リュクス）

…ーブレザーでこな…風合い、メーカラ…女っぽく。¥40950…ルーン ア ソン…新宿ルミネ1店

売れてます!

「ユナイテッドアローズ」プレス・長谷川幸子さん
今季のキラーアウター！ 9月に入荷後、即完売。10月、11月と追加対応した人気商品

「クルーン ア ソング」プレス・西畑小百合さん
柔らかなシープレザーを使用したライダースは完売店続出！ 600枚追加生産をかけました

3 ムートン

小さめムートンの鉄板はボーイズライクなコーデ

売れてます!

「バナー バレット」…レス・二ノ宮和佳子さん
…ンパクトで、大人可…く着られるデザイン…モデルさんに大人気。…在もオーダー殺到中

…ケット¥115…／…ク トレイ…（パ…レット） ス…500／NINE 青山 パ…12600／ル…丸の内店 …¥…850…ック&スパン 仙台…店（レオ… パラン…） バッ… 7650／イ…ディール…／フリー… ードバ…イ バイ …ーズ）…¥…／タビオ（シ…ト

●（上）ジップ&ベルトがロックな雰囲気。パイル衿はフードにもなる2way。¥50400／アクアガール代官山（グランド・マザー）
（下）フェイクムートンのダッフル。インのボアで暖かさ満点。トライしやすい価格もうれしい。¥21000／ジュエルチェンジズ 渋谷店

●（上）黒ベースにスパンコールのポイントがモードな雰囲気。¥39900／アダム エ ロペ
（下）ファー&フードは取りはずし可。タイトな肩やギャザーですっきりラインに。¥34440／アパルトモン ドゥーズィエム クラス銀座店（アッシュ）

2 モッズなワーク

クールでいてエレガント。リッチファーで華やぎアップ

売れてます!

「アパルトモン ドゥーズィエム クラス」プレス・土屋 文さん
フランス軍のミリタリーをリメイクしたコートは入荷後、すごい勢いで売れてます！

タイトなシルエットに、ボリュームファーの袖口がモードな装い。中折れ帽や、ポイントブーツで、とことんクールにキメ。
コート¥33600／パンソー 表参道店（パンソー） シャツドレス¥15750／TOMORROWLAND（MACPHEE） 靴¥37860／ウヴラージュ クラス（ダブル アンド エム） バッグ¥7245／アパートバイローリーズ 帽子¥12600／ナノ・ユニバース 新宿（ソルバッチ）

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

5 マント

ロック×トラッドで仕掛ける最旬コンビ

蝴蝶网 hudie.com

売れてます!
『ローリーズファーム』プレス・山崎裕介さん

旬デザインにキルティングライナーつきで防寒にも優れたコートは追加発注3000枚！

ダメージスキニーやスタッズブーティの辛口アイテムをマントでトラッド&マニッシュにまとめて、ブリティッシュなイメージの新鮮な着こなしが完成する。
マント¥8925・ニット¥3045／ローリーズファーム　ジーンズ¥12810／スナイデル　靴¥39900／アントマーカス（インパクティスケリー）　バッグ¥37800／DES PRES（HYPE）　[illegible]¥[illegible]／ル　ドーム　イエナ[illegible]内[illegible]

4 クールミリタリー

売れてます!
『フリーズ　ショップ』プレス・小野寺未佳さん

エポレットやダブルボタンなど旬をちりばめたミリタリーコートは大人気。常にリース中

シックなカーキに、ダブルボタンとエポレットで旬満載のコート。すっきりとしたラインも美しい。ボーダーをアクセントに小物はダークトーンでまとめれば洗練された印象に。
コート¥51450／サロン　デュ　ラ　トリニーテ　ワンピース¥14700／ジュエルチェンジズ　渋谷店（ジュエルチェンジズ）　靴¥29400／ユナイテッドアローズ　原宿本店　ウィメンズ館（ユナイテッドアローズ）　バッグ¥11550／スピック＆スパン　アクセソワーズ　ディアモール大阪店　帽子¥6300／アバハウスインターナショナル（ルージュ・ヴィフ）　ネックレス¥15750／アバハウス・ドゥヴィネット　リュクス代官山店（ラダ）　タイツ¥1050／タビオ（靴下屋）

旬小物でリズムを添えて

慧美网 vimee.net

(右) スタンダードなタイプは、紳士風のグレイツイードが粋。ショートパンツやスキニーと合わせて。¥29400／ビューティ&ユース　ユナイテッドアローズ　渋谷公園通り店（ビューティ&ユース）
(左) ファー衿は取りはずし可能。起毛のふわっとしたレオパード柄で華やぎをプラス。¥59850／サロン　デュ　ラ　トリニーテ

(右) エポレットや金ボタンが[illegible]らしいナポレオン風デザインはす[illegible]完売間近。¥45150／クルーン　ア[illegible]ング　新宿ルミネ1店(フラミュ[illegible]
(左) ネイビーのベロアがロント[illegible]イクで、旬小物との相性もマル。[illegible]のバラ柄もアガる！　¥25200／フ[illegible]ズ　ショップ（フリーズ　フレイ[illegible]

蝴蝶网
hudie.com
Grand Jour
antique style watch
グランジュール アンティーク スタイルウォッチ
女優 三船美佳
がんばった わたしにご褒美
慧美网
vimee.net
GJ51-PG
GJ51-BK
¥12,600（税込）
GJ63-G
GJ63-S
GJ63-PG
NEW MODEL ¥16,800（税込）
株式会社 サン・フレイム TEL 03-3845-3206 www.sunflame.co.jp
【Grand Jour 取扱店】
銀座菊水（松坂屋百貨店前）、アンロジカルオピニオン、
新宿マルイ本館、タイムステーション NEO、タイムランド ナカザワ、
アネモネ（有楽町マルイ店・新宿店・たまプラーザ店・名古屋店・なんばパークス店）、
シエナ梅田店（阪神百貨店 2F）、ニュートンラボ（河原町 OPA 店・天王寺ステーションビル店）他

8 トレンチコート

おしゃれ&美スタイルを両立する究極の一

売れてます!
「ドゥロワー」
プレス・横山宏美さん

定番のトレンチコート。上質素材と美シルエットで、一生使えると一年を通して人気です

ロングランヒットを誇る「ドゥロワー」のコートは、ウエストが高めに設定され、脚長&美シルエットを演出する優秀デザイン。プラス、ライナーつきなのも心強い。コート¥102900／ドゥロワー　丸の内店　ワンピース¥16800／シップス　ジェットブルー　原宿店（カージュ）　靴¥15750／ギルドジャコモ　ギャラリー　オン　ザ　ウエーブ（フローチェ）　リュック¥13440／ビームス　ボーイ池袋（ドリスター）　マフラー¥5880／ローズ　バッド（ハイランド）　ネックレス¥11550／オベーク　ギンザ（カルティナ）　タイツ¥1050／タビオ（靴下屋）

➡フォックスファーが贅沢！　ハーフサイズでS女子でもOK。¥69325／ル　ドーム　イエナ丸の内店(トラディショナル　ウェザーウェア&ビューティ(フル　ピ　プル)

➡シルバーのエンブレムボタンがアクセント。暖かいのにこのプライスは見事！　¥9975／ローリーズファーム

⬆エレガントな光沢を放つ素材。フックつきの衿でハンサムシルエットに。¥40950／ガリャルダガランテ　表参道店

➡コンパクトな着丈ですっきり。カーキで差をつけて。¥37800／ブティック　トレイズ(バナー　バレット)

6 ダウンジャケット

鮮やかストールの魔法でダウンを大人可愛く演出

売れてます!
「デュベティカ」
プレス・橋本修明さん

カシミア素材をダウンに使用した意外性が業界内で話題に。現在ヒット更新！

カシミア素材のツイードが新鮮。優しい着心地も魅力。ダウンジャケット¥119700／F.E.N（デュベティカ）　ワンピース¥17850／ビューティ&ユース　ユナイテッドアローズ　渋谷公園通り店（パーフィット）　靴¥42000／ジュエルチェンジズ　渋谷店　バッグ¥19950／ル　ドーム　イエナ心斎橋店（エスケーアール）　ストール¥9450（アルテア）・ベルト¥10500（アンダーソンズ）／スピック&スパン　アクセソワーズ　ディアモール大阪店　ネックレス¥11550／ラ　トータリテ　ルミネ北千住店（ケネス　ジェイ　レーン）

⬆ポップなパープル…ルティング…地でスポーティに…
¥22050／TOMORROWLAND (MACPHEE)

⬆ウールツイード…タートルギャザーの…が新鮮。¥33600／ビューティ&ユース　ユナイテッドアローズ…谷公園通り店

7 ピーコート

人気ブランドの定番。し…かりとしたメルトン地に…のあるテーラリングは者…が、200枚生産するもの…すぐ完売との情報が！
コート¥51450／ドレステ…テ　神南本店（ドレステ…ア）　シャツ¥10500／TOMORROWLAND (MACPHEE)　…ンツ¥18900／アンド…ス（インパクティス…）…時計¥7140／ビームス…ーイ池袋（タイメックス）…タイツ／私物

売れてます!
「ローリーズファーム」
プレス・山崎裕介さん

温かみを増し、型崩れを防止したことで爆発的ヒットに。5000枚の追加発注が決定！

上質デザインにこだわる

蝴蝶网
hudie.com
vimee.net

オイルクレンジング※1なのに泡で出る!
美"の伝道師・植松晃士さんオススメの
ダヴ オイル泡クレンジング』が大ヒット!

話題の「オイル泡」の秘密に迫る!

ゃれなOLたちの間であっという間にクチコミ人気が広がり、
た3ヶ月で100万本※2を突破する大ヒットを記録したクレンジング。
とんまで"美"を追求することで有名な植松さんが
クレンジングの魅力を、熱〜く語ってくれました!

しっかりメークも「オイル泡」が
"じゅわっ"と溶かしてぐんぐん落とす!

ダヴ
オイル泡クレンジング
155ml
つめかえ用もあります。

イル(クレンジング成分)を含んだ処方
008年8月27日〜11月28日約3ヶ月間の合計出荷本数 ユニリーバ調べ

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

『ダヴ オイル泡クレンジング』のことなら私に聞いて!

植松さんがみんなのギモンにお答え

●うえまつ　こうじ
女性のファションに対
自の視点とその辛口ト
テレビや雑誌で大好評。

Q マスカラもしっかり落ちるってホント?

A 「オイル泡」をなじませればばっちり落とせるわよ♪

まつげを、上下左右にやさしく動かしてメークになじませたり、指ではさむようにして手前に引っ張りながらもみ洗いすればOK。マスカラだってするんと落とせるわよ♡

Q オイルクレンジング※1を泡にしたのはなぜ?

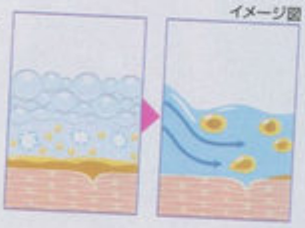
A メーク落ちの良さと、肌へのやさしさを両立させるためよ!

オイルのメーク落ちの良さと、フワフワの泡で洗ったときの肌へのやさしさ。このふたつを兼ね備えたクレンジングを作ろうと研究を重ねた結果、誕生したのが「オイル泡」よ。ばっちり落とせるのに、肌にやさしいなんてスゴいでしょ!

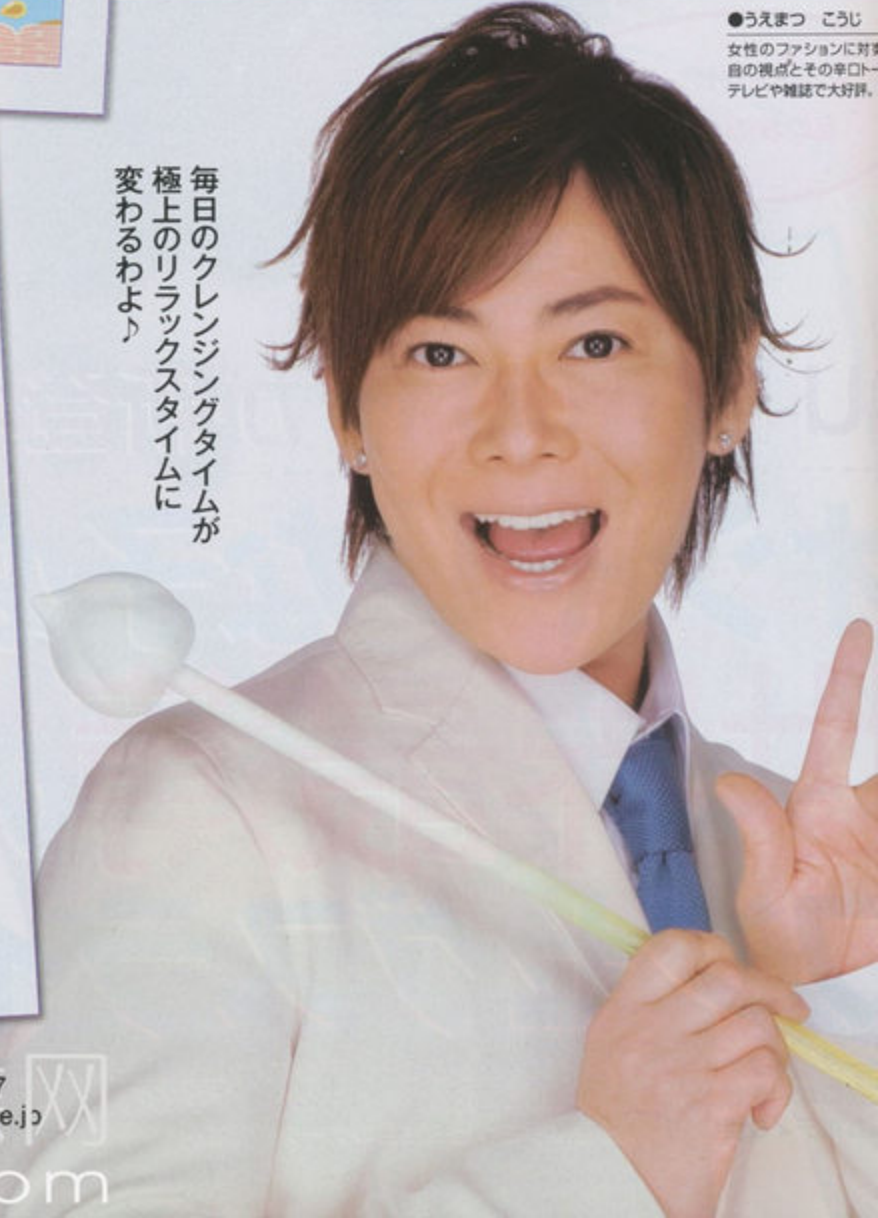
Q どうしてそんなに落ちるの?

A 独自のスパークリング技術で汚れをぐんぐん溶かすからよ!

スパークリング技術とは、クレンジング中に微粒子の「オイル泡」が"じゅわっ"と弾けて、肌の汚れを溶かし出す技術のことなのよ。その感触は、まるでシャンパンが"じゅわっ"と弾けるときのよう!!


イメージ図

毎日のクレンジングタイムが極上のリラックスタイムに変わるわよ♪



Q 使い方はカンタン?

A 私流のクレンジング法をお教えするわ～♪

Step 1

適量(3プッシュ程度)を手のひらにとってね。濡れた手でもOKだから超便利よ♪

Step 2

両頬・額・あごにのせたら、全体になじませて! 「オイル泡」が"じゅわっ"と弾けるわよ!

Step 3

目の上に丁寧になじませて。「オイル泡」がまつ毛一本一本を覆ってキレイに落としてくれるの。

Step 4

水かぬるま湯で丁寧に洗い流して、タオルで水気をふきとったら、お手入れ完了♡

クレンジングの後は『ダヴ ビューティモイスチャー洗顔フォーム』でW洗顔するのがオススメ!

提供／ユニリーバ　お客様相談室 0120-110-747
(受付時間 9:00～17:00 土・日・祝除く) http://mydove.jp

vimee.net
hudie.com

ワンピース ¥22,050
ングル（スウィング
町マルイ店） パール
レス ¥3,675／ウィ
ケション（ウィルセレ
ルミネエスト店）
スタイリスト私物

u『SA001』が新登場♥

オシャレな子必見な 世界最薄の ワンセグスライド★

ケータイはファッションの一部！ だからこそ、デザインや機能にはちゃんとこだわっておきたいですよね？
でこの秋、デビューしたばかりのau発新スライド式ケータイを紹介！
ムなボディ＆使いやすい機能は今もっとも注目のケータイです。

蝴蝶网
hudie.com
yimee.net

♥HAPPY POINT♥

CHECK 「SA001」の便利ポイント！

女のコ目線の使いやすさをオシャレに進化させた
大注目の最新スライドケータイ「SA001」。
3つのポイントに分けて、便利のワケをご紹介！

Point 1 世界最薄の11.9㎜！もちろん機能も充実してます

まずは、その薄さと握りやすいサイズ感にご注目！女の子の手にもピッタリとフィットしちゃう！　ワンセグ対応のスライド式ケータイでは、なんと世界最薄の11.9mm。小さなバッグに入れても邪魔なく収納できちゃう♥　さらに、開けるたびに待受画像が変わる機能もついてるから、ケータイを開けるのが毎回楽しみに♪

Point 2 クリーンクリアコートでファンデの汚れが落としやすい♥

スクリーンが常に表に出ているスライド式ケータイ。カバンの中にそのまま入れて傷がついたら……心配ですよね？　でも、このケータイは強化ガラスを採用してるから安心。画面にファンデや皮脂汚れが付いてしまってもクリーンクリアコートだから、ふき取りやすく、傷もつきにくいから、いつもキレイを保てます☆

Point 3 スライド式なら長めネイルでも引っかからない！

親指で軽くスライドオープンするだけで通話がスタート。スライドを元に戻せば通話が終了、というカンタン設計。自慢のネイルが引っかかる心配もないからスマートに使えます。しかも、メールはスライド前の状態でチェックでき、スライドすると返信用画面に自動チェンジ。片手で全部、操作ができちゃうスグレモノです。大きな画面だから見やすいところも◎

自分に合ったカラーをチョイスして☆

カラーバリエーションはこちらの4色。右からイチオシのイノセントブルー、スタイリッシュなピースホワイト、サイレンスブラック、女の子度UPのボヘミアンピンク。自分にあった色がきっと見つかるよ！

胡蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

世界最薄 11.9mm
SA001 デビューキャンペーン
実施期間：発売日～2010年1月19日
SA001を買って、応募すると抽選で2119名さまにWiiやDSiなど豪華賞品が当たる!!

提供／京セラ株式会社
http://www.kyocera.co.jp

※「世界最薄」……2009年8月31日現在。ワンセグ対応スライド式携帯電話において。株式会社メディアインタラクティブ調べ。　※画面はイメージです。

クリニークの限定セットで目ヂカラをパワーアップ

2／10に発売される「パワー マスカラ ホ デー セット」(¥4200～)は、クリニークで気のマスカラ(現品)を選べる限定セット。ラッシュ パワー マスカラ ロング ウェアリン フォーミュラ」を含む3種類のマスカラか1つ選ぶと、ギフトサイズの限定アイライー、保湿ジェルクリーム、ポーチがセットに。問クリニーク☎03・5251・3541

ロマンティックな夜は胸元に揺れる輝きをプラス

プラス ヴァンドームでは2010年1／11まで、クリスマスのコーデにも映えるネックレスのセット(全2色 各¥10500)を発売。ハートモチーフのロングネックレスと、キューピックジルコニアが輝くクロスモチーフペンダントのセットは、レイヤード使いや、1本ずつシンプルに合わせても楽しめるデザイン。問ヴァンドームヤマダ☎03・3470・4061

ノベルティがもらえるマリーのキャンペーン

マリークヮントでは12／31まで「2009 ウインター キャンペーン」を開催中。期間中メンバーズ限定で、1回の買い物に限り化粧品を税込み¥18900以上買うと、写真の「Mary's Fluffy Warmer」と2010年オリジナルダイアリーをプレゼント(ともに数量限定、1人1セット、デザインは実物と若干異なる場合あり)。問マリークヮント0120・53・9810

今年のダウンコートはデザインも機能も超優秀!

アンタイトルでは、12／7まで「コートフェア」を開催中! 今シーズンは定番のダウンコートが進化して登場。軽くて暖かい最高級のグースダウンを使い、モッズコート風や3WAYできるロング丈、ブルゾンタイプのショート丈など種類豊富。美シルエットでスタイルよく見えるのもうれしい。問ワールド プレス インフォメーション☎03・5117・2711

選べるキャラクター+ネームで作れるオリジナルカバー!

2010年1／11まで、ディズニー・モバイルのDM004SH」を新規契約するとオリジナルバッテリーカバーがもらえるMy Disney Mobileキャンペーンを実施中。101種類の中から好きなキャラクターを選んでネームを考えれば、自分だけのデザインが完成。詳細はディズニー・モバイル取扱店またはHPへ。問ディズニー・モバイル〔URL〕dimb.jp/bcc/

ルーニィの新しいお店でお得にショッピング!

ルーニィのニューショップが、大阪のなんばウォークにオープン! これを記念して、税込み¥21000以上買うと、数量限定のオリジナル「ツイードポーチ」をプレゼント。他にも、メンバーズカードに新規登録すると、初回から割引きになる特典も! この機会に、新しいお店で冬物をチェックしてみて。問ルーニィ なんばウォーク店☎06・6213・1533

姿勢意識+保温ですっきり姿勢美人

「シセイストHOT」(8分袖 全2色 各¥4935)は、保温力の高い素材を使ったあったかインナー。1枚でも温かく重ね着の必要がないからシルエットもすっきり。しかも、背中側に施された独自の"H型クロスパワー"がきれいな姿勢を意識させるから、寒くてつい猫背になりがちな冬でも美姿勢で過ごせる。問デサントお客様相談センター☎03・5979・6101

華やかな表情をつくる贅沢なメークアップ セット

エスティ ローダーから12／1に限定で登場する「グッド アズ ゴールド 2009」(¥6825)は、1セットでポイントメイクが完成するメークアップ セット。9色のカラーがセットされたアイシャドー パレットやリップグロスをはじめ、パーティスタイルにも映えるイヴニング バッグまで付いてゴージャスに。問エスティ ローダー☎03・5251・3386

第2類医薬品

もんでも届かない肩こり痛にイブアウターI登場

頭痛・生理痛薬のEVEに、外用鎮痛消炎薬「イブアウターI」が仲間入り。有効成分インドメタシンが、もんでも届かない肩こり痛に効果を発揮。貼るタイプの「テープ」(8枚入り ¥1029)は、インドメタシンを3.75%配合。塗るタイプの「ゲル」(40g ¥1344)は目立たず使えて便利。問エスエス製薬 お客様相談室0120・028・193

贅沢にうるおう美容液リップスティック

従来のリップスティックに比べ、エイジング ケアのための美容液成分を10倍(メーカー比)配合したディオールの「ルージュ ディオール セラム ドゥ ルージュ」(SPF20 全6色 各¥4725)。とろけるようなつけごこちで鮮やかに発色し、ひと塗りで唇に弾むようなうるおいを与える。問パルファン・クリスチャン・ディオール☎03・3239・0618

無料カタログで最旬スタイルをチェック

人気スタイリスト風間ゆみえさんがディレクターを務めるトランテアン ソン ドゥ モード。スイート エレガンスな最旬アイテムが詰まったカタログ最新号「31 Sons de mode magazine Vol.4」の無料配布をwebサイト(31 n.jp/)にて受付中! また、ルミネ横浜店では2010年 まで、期間限定ショップがオー 問 0120・31

ナチュラルビューティーベーシックの
今月のイチ押し!

ファーつき ダウンコート

冬本番を前に、必ずチェックしたいダウン。
断然使える細身のベーシックカラーをチョイス

構成・文／栗山直子　撮影／藤岡ももこ（モデル）　坂田幸一（製品）
ヘア&メイク／伊藤ケイ　モデル／竹下玲奈　スタイリスト／石上美津江

実はベーシックなものほど、ディテールにこめられたトレンド感がものを言う。フードを飾る、取りはずし可能なボリュームあるラクーンファーに、細身のサイジング。今どきのバランスに設定されたデザインと、合わせやすい色合いが今年の「NBB」のダウンの魅力。軽量で保温性に優れたハンガリアングースダウンをたっぷり使って、暖かさもピカイチ！
ファーつきダウンコート￥19950（カラー／ベージュ、ブラック　サイズ／S、M、L）
ワンピース￥7980・ブーツ￥8820・帽子￥2940・ネックレス￥2940／ナチュラルビューティーベーシック　タイツ／私物

Rena's Comment

さ◯ーし道の日々に欠かせない相棒といえばダウン。軽くて暖かい着心地に毎朝癒されてます♡
カジュアルにまとめるのもありだけど、最近はインにプリントのワンピを合わせたりして、脱いだ時とのギャップを狙ってます(笑)。

ショート丈もあり!

Ⓒビレネーダックダウンを使用したタイプ。
ファーつきダウンブルゾン￥14700（カラー／カーキ、ベージュ、ブラック　サイズ／S、M、L）／ナチュラルビューティーベーシック

★今月のHITアイ

Ⓒ（右）もはや
ムートンブーツ
らしいグレイで
ップ。ブーツ￥
（中）キュート
ック柄も、美人
のパープル系な
マフラー￥3990
顔映りがパッと
明るいマスター
ロー。マフラー
／ナチュラルビ
ィーベーシック

●問い合わせ先／ナチュラルビューティーベーシック　☎03・5467・1857

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

ントーンでまとめた
買物☆玲奈カジ

奈）ダウンとボアのリバーシブルベ
う玲奈カジの味方！　買物モードの
ダウン×パーカ、さらにキュロット
きやすく楽ちんコーデ。カジュアル
高いアイテム同士だから、あえてモ
ーン系でミニマムにまとめて。
ンベスト¥5145・パーカ¥3780・キ
ット¥4935・靴¥8295・バッグ¥61
ローリーズファーム

けはトレンドの
ック風味を取り入れて

オ）今季大ヒットのロックテイスト
りばめて、休日カジュアルにトレン
を。ネルシャツとダメージ加工の黒
ニーの辛口コンビには、トラッドな
コートをはおって、ほどよくグッド
ルにシフトするのがナオ流MIX術。
ト¥9975・ワンピース¥5145・Tシ
¥3045・パンツ¥5145・靴¥8295・
グ¥5145／ローリーズファーム

ニットとかマフラーとか
あったかアイテム狙いかな

ナオちゃんの今日の
お目当てはな～に？

蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

「もうすぐクリスマスだね～。
お招ばれワンピも欲しい!」

玲奈が合わせたチェックのマフラ
1995・レオパード柄ワンピース¥4
ナオが合わせたグレイのネックウォ
ー¥2625・パープルのワンピース¥
／ローリーズファーム

「赤のチェックって
ブーム再燃してる!」

「ねぇ、ランチはどうする?
ゆっくりお茶もしたい!」
玲奈&ナオ、
おしゃれコンビの
行き先は……?

トレンド満載 ローリーズファームで冬のラスト買い!

あるオフの日、プライベートでも仲よしの
玲奈とナオが代官山のショップへ!
真冬のおしゃれハントに密着!!

構成・文／陶山真知子　撮影／勝岡ももこ
ヘア&メイク／清水美知　モデル／竹下玲奈　ナオ
スタイリスト／丸尾朋世

蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

のステディカラー、
ース系で大人っぽく

オ）女らしく着こなせるフェイクレ
のライダースが主役。やわらかなベ
ュとトーンを合わせた、アースカラ
色が着こなしを洗練させる。パーカ
だから、マフラーをぐるぐる巻きに
り、衿もとのおしゃれも楽しめそう
ャケット¥5720・ニットワンピース¥
・レギンス¥1890・靴¥5145・バッ
145／ローリーズファーム

リタリーコートには
番&流行のボーダー！

奈）ロング丈のミリタリーダウンは
で包み込んでくれるから、あったか！
で着太りの心配もなく、取りはずし
きるフードもポイント。インは大好
マリンボーダーワンピ、足もとのワ
ブーツは今年ならではのチョイス。
ン¥13440・ワンピース¥3780・靴¥
・バッグ¥6195・タイツ¥525／ロー
ズファーム

慧美网
vimee.net

ゆるくてベーシックな組み合わせが今、新鮮

（陣内）[illegible]ニット、レギュラーシャツ、ゆるシルエットのタックパンツに着替えて。この時季買い足すシンプルアイテムは、長く使えて超便利！　シーズンジャストで肩の力を抜いた、旬ベーシックが楽しめる。ニット¥3990・シャツ¥3045・パンツ¥3990／ローリーズファーム

ジャカードニットであったか可愛くリラックス

（ドオ）おうちでくつろぐ時はショール風のカーディガンをラフにはおってリラックスムード。大人可愛いノスタルジックなジャカードもこの冬のニュースなニット。シルエットがキレイで着心地もいいスキニーデニムがベストパートナー。カーディガン¥5145・ワンピース¥3045・パンツ¥5145／ローリーズファーム

「おそろいで買っちゃった。中折れ帽はどっちが似合う?」

マニッシュなフェルト素材の中折れ帽子は、黒、グレイ、ボルドーの３色展開。帽子各¥4095／ローリーズファーム

「早くお披露目したいよ。また着替えて出かけない!?」

「ふたりとも買ったね～。試着大会始めよっか?」

（ベッドの上の右端から）ユニオンジャック柄大判ストール¥3045・アーガイルニットワンピース¥5145・マスタード色ニット¥3990・花柄ショートパンツ¥3990・コサージュつきヘアゴム¥840・ニット帽¥3045・マフラー¥3045・（床の右端から）ファーバッグ¥5145・ファーブーツ¥8295・フリンジブーツ¥8295・ハイカットスニーカー¥6195／ローリーズファーム

い上げのお客様にクリスマス限定シ
ョッピングバッグをプレゼント！

LOWRYS FARM

●問い合わせ先／ポイント　カスタマーサービス
0120・601・162
www.lowrysfarm.jp（ブランドサイト）
www.lowrysfarm-ec.jp（ショッピングサイト）

蝴蝶网 nudie.com

03: 話題のスタイル

クリスマスデート

真冬の本気デートスタイル

彼も、上司も、お局も、み〜んな言いたい放題！
年末年始のイベントコーデ ありなし？ 本音でジャッジ！

120点
シンプルかつ華やか、太もものチラ見せもたまらない！
同年代男子・人材Y

90点
クリスマスは彼ウケ最優先。上品モノトーンがいちばんでしょ
同年代女子・メーカーM

100点
柄ワンピやファーは着るだけで気持ちがアガるよね♪
同年代女子・アパレルH

90点
ファーを着た女の子って、3割増しでかわいく見える！
同年代男子・マスコミN

…ワンピース¥35700／…（BALLSEY）…ット¥19950／オ…ード梅山（エニィス ブラン）…5750／シャンデリ…新宿 バッグ¥10…ル ドーム イエ…の内店 ピアス¥…エフタイム（ラ…ウー） ピースネ…レス¥3990・チェ…ネックレス¥1575…

…しいのは…スペシャル感”
…に一度のビッグイベントのドレスコードは、非日常感。クリスマスにおすワンピを…する彼女。その姿に…れ直してます」という人も

…版ワンピースにも…わぬ落とし穴が！
…系のワンピだけ…×レギンスのコーデは男性に大…評。「その瞬間…褒？ って思う」…カジュアルすぎ…印象」という意…がその理由

ワンピ効果も台なし

➔柄ワンピを旬小物でさらに華やかに格上げ。ベスト¥27300／シップス ジェットブルー原宿店 ワンピース¥18900／NINE 青山 靴¥18900／アバハウスインターナショナル（アバハウス・ドゥヴィネット） バッグ¥7245・ネックレス¥3990／ミニマム タイツ¥1050／タビオ（靴下屋）

慧美网 vimee.net

あなたのイベント服は正解？ このたび結成“好感コーデ委員会”が、真冬の決めコーデ、勝手に採点しちゃいます！

撮影／芹澤裕介 ヘア＆メイク／大木 愛（アージェ）
モデル／落合恭子 篠田麻里子 山田みお（3人ともモアモデル）
スタイリスト／小倉由美子 イラスト／小沼裕美子

掲載製品の問い合わせ先リストは P268

at: 映画館
scene:
初デート

120点
「甘いワンピにあえてライダースっていうギャップがすっごい、いい！」
同年代男子・印刷F

80点
「絶対失敗したくないから、王道白ワンピは強い味方」
同年代女子・メーカーM

ジャケット¥30450／アバハウスインターナショナル（アバハウス・ドゥヴィネット リュクス） ワンピース¥12600／ミニマム 靴¥13440／ダイアナ 銀座本店 バッグ¥5995／アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木 タイツ¥1050／タビオ（靴下屋）

Location info

洋服以上に大切なヘアアレンジ

男子が好きなヘアアレンジ
1位 ポニーテール
2位 巻き髪
3位 ハーフアップ
初デートは「髪やメイクにも気合が見えるとうれしい」というのが男性意見。特に「うなじが見えてセクシー！」なポニーテールがダントツ人気

5割の男子がパンツだとがっかり

NG!
女性＝スカートという固定観念を持つ男性は多いもの。「パンツ姿だと気分が落ちる」、「デニムだと脈なし？って思う」人もいるので要注意！

80点
「頑張りすぎって思われたくないから、デニムがいい！」
同年代女子・保険N

90点
「親しみやすい感じ。こんな子とは長くつきあえそう♡」

デニムに花柄ブラウス。女らしさとリラックス感を両立したコーデは、カジュアル好き男性に人気。ブラウス¥16800／ルビーリベット 有楽町 パンツ¥8295／アパート バイローリーズ 靴¥19740／クルーン ア ソング 銀座マロニエゲート バッグ¥26250／ダイアナ 銀座本店 ピアス¥1450／アクセサライズ原宿店 マフラー¥47250／NINE 青山

at: カフェ
scene:
ダブルデート

90点
「おしとやかなイメージで、友達にも自慢できそう♪」
同年代男子・マスコミN

60点
「女子力アピールが薄い。もうちょっと露出しなきゃ！」
同年代女子・保険N

50点
「ショートパンツ姿は好き。でもほかの男には見せたくない」
同年代男子・印刷F

95点
「トレンドを押さえたコーデなら、相手の彼女に勝てそう！」
同年代女子・アパレルH

➡ワンピース¥19950／クルーン ア ソング プレスルーム（ジュヌヴィエーヴ ジェイ イー） ニット¥3990／トピックラックス 新宿 靴¥40950／オドゥール・ド・オフェリア（リコフェリア） バッグ¥27300（ボンファンティ）・ネックレス¥16800（ゴルジアナ）／スピック&スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店

➡注目のロングジャケットやショートブーツで旬度満点！ ジャケット¥29400（アバハウス・ドゥヴィネット リュクス）・靴¥29400（オゥ バニスター）／アバハウスインターナショナル ブラウス¥25200・パンツ¥14490／クルーン ア ソング 銀座マロニエゲート バッグ¥11550／ルーム イエナ丸の内店（ラ アンド ハート）

いつもと違う男ゴコロに注意！

独占欲の表れ？「友達に肌を見せたくないから露出禁止！」という男性多数。人気のミニ丈ボトムやVあきニット…NGアイテムに

裏テーマは女の争い!?

相手の彼女よりもいい女と思われたいのが本音。「彼とふたりよりも気合が入る。服も新調します」という女性が多いのは、男性にはナイショの話

あらゆる世代が集結 好感コーデ委員会

唯美网 vimce.net
hudie.com

師走のお仕事スタイル

at: 高級居酒屋
scene:
忘年会

100点
「ひたっとしていて体のラインがわかる服、いいね〜」
男性上司・不動産T

[illegible]ニット¥14700／TOMORROWLAND（BALLSEY）パンツ¥13650／アバハウスインターナショナル（アバハウス・ドゥヴィネット）バッグ¥39900／オーベーク ギンザ ネックレス¥4515／エプタイム（ラディウ—ト） ベルト¥11550／スピック&スパン アクセソリーズ ディアモール大阪店（アンボワーズ）

55点
「目を引くかわいさ！ でも男性ウケを狙っている感じ」
同年代男子・印刷F

決めすぎも、くだけすぎもNGな忘年会。ゆるパンツを主役に、上品なヌーディカラーでまとめればマル。
ニット¥15750・キャミソール¥14700／TOMORROWLAND パンツ¥16590／シャラ（マーラ）ネックレス¥13650・バッグ¥46200／ル ドーム イエナ丸の内店 ストール¥7980／オンワード樫山（組曲）

85点
「リラックス感があり、上品で、好感が持てる」
先輩女子・広告O

90点
「さりげないボーダー&リボン。洗練されたイメージで素敵だね」
同年代男子・マスコミN

何よりご法度は、あのチラ見え！

意外に動きの多い忘年会はパンツが基本。ただし"ローライズからの下着見え"は「だらしがない！」と先輩女子はじめ男性にも大不評だから注意

一気に評価ガタ落ち

ブーツの悲劇に気をつけて！

お座敷が多い忘年会。「入口でブーツを脱ぐのにもたもたしていたら、先輩ににらまれた！」なんて人もいるから、着脱のしやすい靴が基本です

Location Info
「京おばんざい&お茶屋Bar 豆まる」 ◆☎03・5216・0003 ■http://mame-maru.jp/

at: ホテル
scene:
会社主催パーティー

「ファーやワンピ[illegible]」
同年代男子・マスコミN

ワンピース¥26350／シップス リトルブラック ルミネ新宿店 靴¥22050／ダイアナ アモロサ 渋谷店 バッグ¥9980／アクセサライズ原宿店 ティペット¥11550／DES PRES ロングネックレス¥10500／アバハウスインターナショナル（アバハウス・ドゥヴィネット）ショートネックレス¥7350／オーベーク ギンザ ブレスレット¥24150／イデアディール オーベーク丸の内店

90点
「[illegible]は、わかりやすい[illegible]が基本[illegible]しょ！」
先輩女子・メーカーS

知りたい！ お仕事パーティー服の定番

「[illegible]スアップ[illegible]から[illegible]めが基本」、「[illegible]ヒール」、「[illegible]も[illegible]は華やかに」など、結婚式の二次会をイメージすればOK

not派手。but華やかが鉄則

目指すべきは会社の顔。「スパンコールドレス[illegible]に会[illegible]など[illegible]禁。[illegible]派手色[illegible]限と心がけて！

at: 取引先の企業
scene:
年末のご挨拶

（右）上品フェミニンなツイードジャケットは、世代・性別を問わず支持率の高いアイテム。
ジャケット¥29400／ミュージアム フォー シップス ブラウス¥13650／TOMORROWLAND パンツ¥17850／シップス リトルブラック ルミネ新宿店 靴¥6195／アパートバイローリーズ バッグ¥20000／ダイアナ 銀座本店
（左）女性らしさを最大限アピールできるきれい色スカートは男性の多い職場で人気絶大。
シャツ¥15750／アンシェヌマン ユニ アトレ恵比寿店（ルクスルフト） スカート¥9975／ビームス street 1F 靴¥13440／ダイアナ 銀座本店 バッグ¥45150（ギアス）・ストール¥13650（ニム ニム）／ル ドーム イエナ丸の内店

65点
「ジャケットの色が好き。ブラウスはインしてほしい」
同年代男子・人材Y

70点
「清潔感があっていい。スカートがあと10センチ長ければ＋10点」
先輩女子・メーカーS

100点
「ぱっと見て、爽やかで女らしい。水色×白は最高！」
男性上司・不動産T

90点
「きちんと感×かわいげ、後輩のお手本スタイルね」
先輩女子・広告O

お堅すぎてもダメ！

スーツは「決めすぎで、とっつきにくい印象」と評価低め。ジャケットがマストな職場でも、INはフリルやシフォンブラウスで、華やかさを意識するのが大切

まるで就活生？

女性ならではの"きれい色"が最大の武器

「男の暗い色のスーツ群れの中にきれい色を見ると気持ちがなごむ」という男性の意見が多数。人気のピンクや水色なら、好感度は最高♡

vimeee.net
hudie.com

at: オフィス
scene:
一日中オフィスワーク

90点 「ベルトマークが色っぽい。隣で頑張れって言ってほしい♡」 同年代男子・マスコミN

85点 「ワンピ×ロングカーデは職場でほめられる鉄板コーデ!」 同年代女子・保険N

ベルト使いでバランスもきちんと感もアップ。カーディガン¥4935(ディップドロップス)・ベルト¥2940(エニィ スィス バイ クミキョク スィス)/オンワード樫山 ワンピース¥52500/TOMORROW LAND(LACHEL COMEY) 靴¥26250(オゥ バニスター)・バッグ¥27300(インターステイブル)/アバハウスインターナショナル

オジサマには不可解なトレンド

この冬注目のヒョウ柄は男性上司からすれば「大阪のおばちゃん」。フリンジも「カウボーイみたい」って思われちゃうから休日限定で楽しむのがベター

オフィスワークの三種の神器!?

"ロングカーデ、白シャツ、きれいめワンピ" はどんな職場でも好感度を得られるから、内勤OLのマストアイテム

カジュアルなボーダーニットは、×白シャツで上品さをキープ。ニット¥14490/エポ―アイボリー 原宿店 シャツ¥12600/オペーク ギンザ パンツ¥14700・バッグ¥11550(組曲)・ウオッチ¥2079(エニィ スィス バイ クミキョク スィス)/オンワード樫山 靴¥9975/クルーン ア ソング 銀座マロニエゲート

75点 「わが社はショートパンツNG。[illegible]は好きだな」 男性上司・不動産

90点 「動きやすいパンツで、仕事するぞって気合が入りそう」

at: いつもの居酒屋
scene:
同期飲み

85点 「気兼ねなく飲んで、騒げるからパンツコーデに一票!」 同年代女子・アパレルH

85点 「気取らない感じが好印象。朝まで一緒に騒げそう♪」 同年代男子・印刷F

90点 「ふんわりスカートがかわいい。思わずおごってあげたくなる!」 同年代男子・人材Y

65点 「華やかで女らしい! 相手が同期じゃもったいないかも?」 同年代女子・メーカーM

(右) ニットジャケット¥22050/イエナ 心斎橋店(イエナ スローヴ) カットソー¥7875/ノンサンス代官山店(アイ アム アイ) スカート¥6993/ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座 靴¥17325/モード・エ・ジャコモ(カリーノ) バッグ¥9975/オンワード樫山(エニィ スィス バイ クミキョク スィス)
(左) トップスはちょい華やかに。カーディガン¥14700/アンシェヌマン ルミネ大宮店 カットソー¥13650/アナトリエ神南店 パンツ¥8295/アンビデックス(グローバル リズム エッセンス) 靴¥14490/ダイアナ 銀座本店 バッグ¥11550/オンワード樫山(組曲) ピアス¥15750/ミュージアム フォー シップス

会社もいける派手スパイスをオン

カジュアルな飲み会でも、華やかさは必要。とはいえ会社帰りの場合が多いから、サテン素材やゴールドなど控えめな派手さで場を盛り上げて

服より振る舞い!?

男性が引く飲み会での振る舞い
1位 1杯目からソフトドリンク
2位 「面白い話して」と言う
3位 泥酔して居眠り
気兼ねないつきあいでも気遣いは不可欠だから、自分勝手はご法度。反対に料理の取り分けやこまめなお酌などの細かな気遣いはポイントアップ

95点 「上[illegible]ラグジュアリー、しかもしっかり働いてくれそう♪」 先輩女子・広告O

75点 「あえてパンツがいい。肩を露出していないと、なおよし!」 同年代男子・印刷F

タンクトップ¥7980/クルーン ア ソング 銀座マロニエゲート パンツ¥17850/ミニョン ルミネ新宿店 靴¥12600/ル ドーム イエナ丸の内店 バッグ¥7480/アクセサライズ原宿店 ファーストール¥17850/オンワード樫山(組曲) ロングネックレス¥26250/イデアディール オペーク丸の内店 ストーンネックレス¥12600/リッシュ バングル各¥6930/シップス ジェットブルー 原宿店

Location Info
『タブローズ』◆(ラウンジ) ☎03・5489・2202 (レストラン) ☎03・5489・2201

慧网 vimee.net 蝴蝶 hudie.com

冬休みのイベントスタイル

scene: 合コン

120点
ジャケットを脱いだらセクシーな気がして、そそられる！
同年代男子・印刷F

90点
後輩らしく、かわいい路線で攻めているのがナイス！
先輩女子・メーカーS

白トップスは鉄板。ジャケット¥39900（組曲）・バッグ¥8925（エニィ　スィス　バイ　クミキョク　スィス）／オンワード樫山　ブラウス¥5145／アンビデックス（チャイルド　ウーマン）　スカート¥6993／ライフ　ドルチェ　ラボ　プランタン銀座　靴¥17325／モード・エ・ジャコモ（メダ）

メイクにも うるさい男たち

男の嫌いなメイク
1位　派手ネイル
2位　つけまつ毛
3位　パステルカラーのアイシャドー
「料理しなさそう」、「清潔感がない」との意見でネイルアートは不評。2位は「はがれている姿が怖い」とのこと

scene: 上司宅訪問

90点
スカートの丈や色が行儀がいい感じ。嫁に欲しいね！
男性上司・不動産T

80点
派手すぎず、地味すぎないエレガントな色使いが好印象
彼ママ・主婦K

手伝いますムードが大切

台所での手伝いも多い場だから、白い服はNG。「服汚れちゃうからいいよ、と逆に気を使われてかなり気まずかった」なんて事態に注意

知的で上品だけれども

ニット¥3990／トピックラックス　新宿　スカート¥9975／ルビーリベット有楽町　コート¥39900／ル　ドーム　イエナ丸の内店　靴¥17325／モード・エ・ジャコモ　バッグ¥7980／オンワード樫山（エニィ　スィス　バイ　クミキョク　スィス）　ネックレス¥36750／スピック&スパン　アクセソワーズ　ディアモール大阪店　タイツ¥1050／タビオ（靴下屋）

scene: カウントダウンパーティー

75点
小物使いがゴージャス！きれい色があるとよりよし
同年代男子・マスコミN

85点
会場が屋内なら、肌見せで女度アピールしなきゃね
同年代女子・メーカーM

タンクトップ¥35700／ル　ドーム　イエナ丸の内店　パンツ¥22050／NINE　青山　靴¥10290／デアディア渋谷店　バッグ¥9450／アクアガール新宿　帽子¥39900／アクアガール代官山　ネックレス¥1890／ルイ・ヌーベル原宿　ファーストール¥9975／オンワード樫山（組曲）

夜遊びコーデは、派手に！ 大人に！

騒ぎたい場所では動きやすさ優先のコーデになりがちだけど、華やかなスパイスも大切。男子は「キラキラした服を見るだけで自然と気分が上がる！」のだとか

まるで子ども

scene: 彼と一泊温泉旅行

同年代男子・人材Y

90点
格式のある旅館でも浮かない、きれいめコーデで合格
同年代女子・保険N

コート¥30450／デ　アルインダストリー　ニット¥2940／レイジィムローリースファーム　パンツ¥14700／シャンデリエ　新宿　靴¥24150／モード・エ・ジャコモ（オリーノ）　バッグ¥51450／スピック&スパン　ノーブル　六本木ヒルズ店　ピアス¥2625／ルイ・ヌーベル原宿　ストール¥12600／アバハウスインターナショナル（アバハウス　ドゥヴィネット　リュクス）

カジュアル50、きれいめ50がベスト

「パーカ&デニムで旅館に行ったら、修学旅行生に間違われた」なんて経験もあるから、上品かつ観光しやすいリラックスコーデが理想

ヒールは避けよう

scene: スノボ旅行

95点
職場や街では見せない無邪気な格好……萌えます！
同年代男子・人材Y

90点
デニムじゃない、デニスカっていうのが好ポイント
同年代男子・マスコミN

旅行限定の超カジュアルが好評

たまに見たい!? カジュアルアイテム
1位　モコモコダウン
2位　ニットキャップ
3位　イヤーマフ
「街では子どもっぽく見えるけど、旅先ではなんだか新鮮でいい！」とギャップに弱い男ゴコロをくすぐるみたい

ダウンベスト¥59850／ミュージアム　フォー　シップス　シャツ¥12600／リフラティ　シップス　たまプラーザテラス店　スカート¥17850／シャンデリエ　渋谷　靴¥15750／シップス　ジェットブルー　原宿店　バッグ¥8190／ビームス　street　2F　タイツ¥1680／タビオ（靴下屋）　レッグウォーマー¥1575／アンビデックス（ビュル　デ　サボン）

vivie.net 蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

70点
ちょい80年代風がおしゃれ！もっと色が派手でもいいな
同年代女子・アパレルH

95点
職場でNGのミニワンピで、オフモードを満喫したい
同年代女子・保険N

scene: ガールズパーティー

とにかくトレンド重視！

みんなが気になる旬アイテム
1位　ニーハイブーツ
2位　スパンコールトップス
3位　レオパード柄のアイテム
制約なしにおしゃれが楽しめる場だから、トレンドの先取り感が大切。旬アイテム満載のコーデなら、注目の的に

🡨ジャケット¥25200／オペーク ギンザ　ワンピース¥39900／クルーン ア ソング 銀座マロニエゲート（マイン）　中に着たスカート¥15750／アンシェヌマン ルミネ大宮店（アナディス）　靴¥36540／ダイアナ 銀座本店　バッグ¥8190／ル ドーム イエナ丸の内店　5連ネックレス¥6195／オンワード樫山（組曲）

120点
華やかな白レースのワンピ。ベタだけど、おっ！て思う
同年代男子・印刷F

90点
黒がきいてカッコいいから、女性ウケも期待できそう
同年代女子・メーカーM

scene: 初詣で

防寒だけに走るなかれ！

屋外で寒いけれど、神社は神聖な場。「新年初めて会う時は、気合を入れた格好がうれしい」という男性意見もあるから、女らしさも忘れずに

🡪ショート丈のコートなら、厚着をしても美バランスをキープ。コート¥37800／オンワード樫山（組曲）　ワンピース¥7245／ノンサンス代官山店　シャツ¥23100／ルビーリベット有楽町　靴¥33600／アバハウスインターナショナル（オゥ バニスター）　バッグ¥9345／ミニマム　タイツ¥1680／タビオ（靴下屋）

95点
上品なのにキュート。今年も仲よくしたいって思うな
同年代男子・印刷F

80点
旬なチェックシャツの重ね着で防寒、真似したい！
同年代女子・アパレルH

scene: 同窓会

黒子化現象にご用心

悪目立ち回避のため、選びがちな黒ワンピ。でも「最低5人は着ているから印象に残らない」という意見があるので、ベースは明るい色が吉

🡨足もとはトレンカでトレンド感もプラス。ジャケット¥39900／シップス ジェットブルー 原宿店　ワンピース¥23100／ミニマム　トレンカ¥1680／タビオ（靴下屋）　靴¥16800／モード・エ・ジャコモ（エーボンブ）　バッグ¥13650／アバハウスインターナショナル（ノミネ）　ピアス¥950／アクセサライズ原宿店

100点
ワンピとブーツの間に見える素脚。これ最高でし…
（右端切れ）

90点
モノトーン×パールの上品さで挑めば、心配なさそう
同年代女子・メーカーM

🡨派手さ&肌見せはとにかく控えめが鉄則！カーディガン¥18900／アナトリエ神南店　中に着たカットソー¥27…¥／オンワード樫山（ティップトップス）　スカート¥14490／バビロン　靴¥19950／アバハウスインターナショナル（オゥ バニスター）　バッグ¥61950／ラ・グラン アクアガール青山　タイツ¥1050／タビオ（靴下屋）

scene: 彼の実家へご挨拶

100点
清楚でかわいらしい。悔しいけど、文句なし！
彼ママ・主婦K

…より重要!? おみやげ事情

彼の実家へのおみやげいくら？
1位　2000円〜3000円
2位　3000円〜5000円
3位　5000円〜
家族の人数にもよるものの、彼ママも「あまりに高価なものでは気を使う」ので、3000円前後のものがベスト！

scene: 帰省

初恋の人に会っても大丈夫♡が目標

行き先は実家といえど、リラックス&ルーズすぎるコーデは危険。「テキトーな格好でいたら、元カレに遭遇して大後悔」なんてことにならないよう、ニットワンピなど着心地がよく、フェミニンなアイテムをうまく活用して！

85点
ラベンダーのニットワンピなら誰に会っても好印象♪
同年代女子・アパレルH

🡨くつろぎやすい…ピが、帰省には…コート¥17640／…トバイローリー…ンチョ¥15540／…ン　ワンピース…／ヘザー　ダン…プ¥6300／GALE…靴¥30450／アバ…インターナシ…（アバハウス…ィネット）　バ…32550／フレーム…BC SALON　渋…

慧美网
vimee.net

最愛の香りに身も心も包まれて……
エクラ・ドゥ・アルページュが紡ぐ至福のSTORY

働く女性に圧倒的な人気を誇る「エクラ・ドゥ・アルページュ」に、この冬、
新たなラインナップが限定で登場。自分の香りが常にそばにある幸福感を、全身で味わって。

香りのレイヤードを満喫したくなる、花々の競演

現代的な女性の象徴として、多くの人に愛され続ける
「エクラ・ドゥ・アルページュ」。エレガントでありながら
斬新さも秘めたこの名香のラインに、今冬だけのハンドクリームが
誕生。多彩な顔ぶれを自由にコーディネートすれば、
香り立ちはますます立体的に、あなたの魅力そのものに——。

さわやかなライラックとレモンリーブスの芳香で幕を開けるフレッシュ　モダン　フローラル。ミドルでは、優しさに満ちたグリーンティやピーチブロッサムにレッドピオニーの官能が溶けあい、透明感あふれる香りへ。ラストはホワイトシダーやムスクがセンシュアルに漂い、大人の女性にふさわしいノートが完成。香水からヘア＆ボディ、ハンドクリームまで多彩なアイテムがそろって、香りの重ねづけも楽しめる。ランバン　エクラ・ドゥ・アルページュ　（手前・右から）オードパルファム50㎖￥8610・ハンドクリーム（限定品）75㎖￥4515・（中・右から）ヘア　ミスト30㎖￥6615・ヘア　コンディショナー150㎖￥4305・シャンプー150㎖￥4095・（奥・右から）ボディローション150㎖￥4620・シャワージェル150㎖￥3780／ブルーベル・ジャパン

文／小川由紀子　撮影
…のぶよし（モデル）
…・チャン（製品）　へ
…イク／川添カユミ（ヌ
…　モデル／森　郁月
…リスト／笠原百合

蝴蝶网 hudie.com
vimee.net

scene 1 オフィス
Hand Cream

今日は大事なプレゼン。緊張するけど、香りと保湿のハンドケアでリラックス！

どんなシーンでも、大好きな香りと一緒に……

ヘアやボディのお手入れも同じラインでそろえて、香りのトータルコーディネートを楽しんで。

◐指の先までスーッといきわたり、肌のきめひとつひとつが潤いで満ちるのを実感。みずみずしい感触と手もとからのほのかな香り立ちは、仕事の合間のハンドケアにぴったり。ランバン　エクラ・ドゥ・アルページュ　ハンドクリーム(限定品)75ml¥4515／ブルーベル・ジャパン

◐香りが優しくふんわり漂うように作られたシャンプー&コンディショナー。植物エキスやビタミン…髪表面をシルクのようにツヤツヤに。ランバン　エクラ・ドゥ・アルページュ　シャンプー150ml¥4…・ランバン　エクラ・ドゥ・アルページュ　ヘア…コンディショナー150ml¥4305／ブルーベル・ジャパン

scene 2 バスタイム
Shampoo & Conditioner

ヘアケアも大好きな『ランバン』で。周りの空気までふんわり香るような気がするの

カーディガン・ブラウス…
物／すべてスタイリスト…

scene 3 デート
Eau de parfum

デート前のひとふきは、香りで“見えないアクセサリー”。彼をドキッとさせられそう

◐優しくエレガントでありつつ、モダンで洗練されたフレグランスは、安心感とフレッシュな印象を同時に呼び覚ますはず。その不思議な魅力で、彼の心に忘れがたい印象を残して。ランバン　エクラ・ドゥ・アルページュ　オードパルファム50ml¥8610／ブルーベル・ジャパン

『ランバン』誕生120周年の限定パッケージも!

今年ブランド誕生120周年を迎える「ランバン」のアニバーサリーを記念して、今だけのスペシャルスリーブを50mlのオードパルファムに！　まるでグリーティングカードのような手描き風のスケッチは、見ているだけでHAPPYな気分。この機会を逃すと手に入らないから、必ずチェックして！

●問い合わせ先／ブルーベル・ジャパン　香水・化粧品事業本部　☎03・5413・
http://www.bluebellgroup.com/jp

hudie.com
慧美网
vimee.net

10周年記念、マルチアイテム続々完成！

ますます進化！ KLEIN+（クランプリュス）の「ほの甘」フェミニン

今すぐ始めたい、深まる冬のおしゃれ支度に
10周年記念の着回せるマルチWAYアイテムを。
『クランプリュス』の旬フェミニンはほんのり甘い余韻が残る。

構成・文／岡山真知子　撮影／佐藤きよた　ヘア&メイク／川添カユミ（ヌーデ）
モデル／加藤夏希　スタイリスト／松野裕子

レディコート×花柄ワンピ
どちらも主役狙い！

衿ととこ袖に取り外し可能なファーをたっぷりと施したロングコートは、気分に合わせて4つのスタイルが楽しめる。小花柄のサテンワンピもパールネックレスつきでお得！　ブラウジングシルエットでチュニック風にもアレンジ可能。コート¥9870・ネックレスつきワンピース¥3990・靴¥3990・タイツ¥735／クランプリュス

GET MORE!
掲載商品の一部がネットで購入できます
ここへアクセス！
http://getmore.jp

KLEIN PLUS +
問い合わせ先／イトキン
カスタマーサービス　☎03・3478・8088
http://www.itokin.com/brands/kleinplus/
index.html

トレンカつきチュニックは美バランスも約束

レトロムードなマスタードカラー×黒の切替えチュニック。大流行のトレンカもセットになってグッドプライス！　シンプルなデザインだから、アクセントにファーの帽子やチェックのマフラーなど、あったか冬素材をMIXして着こなして。
トレンカつきチュニック¥3990・靴¥3990・バッグ¥3990・帽子¥2940・ネックレス¥2520／クランプリュス

あとはファーを巻くだけ！花柄ワンピの真冬セット

今季続々登場している、黒ベースの花柄ワンピには、さらにティペットつき！　リッチ映えするグレイッシュなファーが着こなしを格上げしてくれる。ワンピは一枚でさらりと着て、足もとをカジュアルにするとボヘミアンな雰囲気にも。
ファーティペットつきワンピース¥3990・靴¥7140・バッグ¥2940／クランプリュス　タイツ／私物

今季いちばんおしゃれに見える「黒」で大人っぽさをリード

シックな雰囲気のジャケットはラメ混のファンシーツイード素材。ボタンを留めてすっきりと着こなすと大人度高め。辛口のアウターには花柄スカートで甘さをひとさじ。サテンのティアードシルエットで、ウエストまわりのポイントになる同素材のリボンつき。
コート¥9870・スカート¥3990・ネックレス¥1890／クランプリュス　タイツ／私物

きちんと×フェミニン。女らしさが際立つ組み合わせ

パフスリーブや、ギャザーを寄せた丸みのある襟など、ディテールでガーリッシュに仕上げたトレンチコート。ボアライナーつきでますます寒くなるこの時季にうれしい。スカートはレースとサテンのリバーシブル。
コート¥7140・ニット¥3990・スカート¥3990・レギンス¥1470・靴¥3990・バッグ¥2940・ネックレス¥1890／クランプリュス

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

健康美肌を演出する新製品!
♥優秀ベース

誕生! さまざまな肌タイプに使える、万能ベースをお試しあれ。

ミネラルメイクアップと話題のBBクリームの効果がひとつに!

8つのミネラル成分配合※1で、敏感肌にも使える※2処方。そして、みんなが望む「キメ」「なめらかさ」「うるおい一日中キープ」「つやめき」「トーンアップ」「欠点カバー」「日本女性の肌に合う健康美肌トーン」「紫外線ブロック」の8つの効果もこの1本に! ピュアミネラル BB ベース SPF 26 PA+++（全1色）30ml ¥1785／メイベリン ニューヨーク

※1メイクアップ成分（酸化チタン及び3種の酸化鉄）／整肌成分（グルコン酸亜鉛、アスパラギン酸Mg、グルコン酸銅）／製品の安定化剤（塩化Na）
※2ただし、すべての方に肌トラブルが起こらないというわけではありません。
※3メイベリン ニューヨーク調べ（個人差があります）

色ムラコンビ肌

BBベース+フェイスパウダーで大人のすっぴん風キメ肌完成♡

ピュアミネラル BB ベース
これだけで、毛穴の目立たないキメ細やかな肌表面に整えてくれる。30ml ¥1785／メイベリン ニューヨーク

＋

ュアミネラル グロウ
リを抑えて、肌に自然なツヤ与える、自然派ミネラル フスパウダー。（全1色）¥1785 イベリン ニューヨーク

1
アミネラル BB ベースを適り、両ほお、おでこ、あご、の5点においてから、指でた込むようになじませていく

2
ウの容器を上下に数回振り、ップの裏についたパウダーをシに含ませ、クルクルと肌を磨うにのせていって

イク使用色はコレ!
ク：ピュアミネラル チーク ¥1575・アイ：アイステュオ ダイヤモンドグロウ 01 1365・アイステュディオ ベルアイライナー 01 ¥840 ッシュエクステ ダブルストチ 01 ¥1575・リップ：ウター シャイニー ボリュー グロス 702 ¥945／メイン ニューヨーク

・文／松井美千代 撮影／鈴代江 ヘア&メイク／大木アージェ） モデル／荒井奈 比留川游 スタイリスト／本舞

い合わせ先／
ベリン ニューヨーク お客様相談室
・6911・8585
//www.maybelline.co.jp（PC）
//m.maybelline.co.jp（モバイル）
//www.puremineral.jp（PC、製品……）

蝴蝶网
hudie.com
彗美网
vimee.net

蝴蝶网
hudie.com

慧美网
vimeo.net

メイベリン ニューヨークから、つやめく

1本で8つの効果!

たちまちピュア肌

自然派ミネラルコスメで大ブレイクの「メイベリン ピュアミネラル」シリーズから、待望のベー

カサつきドライ肌

BBベース+リキッドでず〜っとうるおいツヤ肌に

ピュアミネラル BB ベース

「ピュアミネラル」シリーズとの相性バツグン。理想の仕上がりに♡ 30ml ¥1785/メイベリン ニューヨーク

+

ピュアミネラル リキッド

肌にうるおいを与えながら、ツヤのある健康美肌に見せてくれるファンデーション。(全6色) 25ml ¥1995/メイベリン ニューヨーク

+

ピュアミネラル コンシーラー

ミネラル配合のコンシーラー。気になる部分はこれでカバーして。(全2色) ¥945/メイベリン ニューヨーク

+

ピュアミネラル グロウ

リキッドメイクの仕上げに、
なツヤのフェイスパウダーを
わりのせて。(全1色) ¥17
メイベリン ニューヨーク

仕上げのコツはリキッドをなじ
せた後のハンドプレス。肌への
着を高め、うるおい感のある

メイク使用色はコレ!

チーク:ピュアミネラル チー
01 ¥1575・アイカラー:
ステュディオ ダイヤモンドグ
ウ 01 ¥1365・アイステュデ
オ クリーミィ ジェルライナ
01 ¥1260・ボリューム エ
スプレス マグナム ウォータ
プルーフ 01 ¥1260・リッ
ウォーター シャイニー ボ
ーミー グロス 703 ¥945
イベリン ニューヨーク

(164ページ)ブラウス¥25200
キ ブティック(キキ) ネッ
ス¥6090/ルーニィ リング
600/エルゴット(クレデュ ク
(165ページ)ワンピース¥2
(ルーニィ)・パールネックレ
¥7140(リリアン ルイール
ルーニィ ピアス¥5250・ゴ
ドネックレス¥25200/エルゴ
(クレデュ クレ)

略して"シワトレ"

みんなの"シワ知能"を鍛えます!

美容番長のシワ学トレーニング講座

シワに関する素朴な疑問をわれらが番長が解明。敵を倒すには相手を知ることから! まずは5つのQにチャレンジ!

Q シワの原因っていったい何?

❶乾燥による肌のひからび
❷傷などのダメージのあと
❸表情のクセ

正解は………❶乾燥&❸表情グセ

笑ったり怒ったりする時にできる"表情ジワ"がすぐ元に戻るのは、肌がみずみずしく弾力があるおかげ。ところが肌の潤いが失われると、表面がひからびて一度ついたあとがなかなか元に戻らず、表情ジワがうっすら定着するように。コレがすべてのシワの始まりというワケ。

さらに悪化するとこうなる!

紫外線や加齢の影響で肌内部がダメージを受けると、肌の弾力を保つ線維が切れたりして、深いシワに!

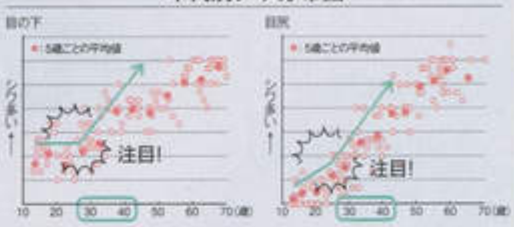
Q シワが最もできやすいのは、顔のどの部分?

❶ほお　❷目もと　❸おでこ

正解は……❷目もと

皮膚が薄く皮脂腺のない目もとは、ほかと比べて圧倒的に乾燥しやすい部位。しかも一日に2万回ものまばたきを繰り返し酷使されているから、シワが定着しがちなのです。だからアイクリームなどでの集中ケアが必要に!

年代別シワ分布図



目尻と目の下のシワの度合いの平均値を、年代別にグラフ化したもの。コレを見ると、モア世代から目もとのシワが急激に増えることが一目瞭然!

資料提供/花王

Q 未来のシワを防ぐには何歳から気をつけるべき?

❶25歳〜
❷30歳〜
❸35歳〜

正解は……❶25歳

まだ自覚はなくても、シワへの危機感は早めに持っておくべき。表情ジワのできる部分をきちんと保湿するだけでも未来のシワリスクは確実に減らせます。特別なケアというより、意識の高さが重要!

Q "表情ジワ"が定着すると"加齢ジワ"になる?

❶YES!
❷NO!
❸どちらとも言えない

正解は……………………❶YES!

若い頃には、できてもすぐ消えていた表情ジワが、年を取るにつれて除除に定着。そうすると「シワができた!」と実感するように。表情ジワのできるところ=将来加齢ジワになりやすい部分。デンジャラスゾーンと考えて特に念入りなお手入れを。

Q 一度できたシワは元に戻らない?

❶手厚いケアで必ず戻る
❷早めのケアで戻る可能性大
❸もう何をしてもムダ

正解は……❷戻る可能性大

溝のように深く刻まれてしまったシワを完全に元に戻すのは至難のワザ。でも初期の乾燥ジワなどは、溝になる前の予備軍みたいなもの。とにかく保湿ケアで立ち向かうのみ!

衝撃! シワで顔はこんなに老ける!

年々増えるシワを同じ人物の顔で検証。その"老けパワー"、脅威!

だから速効ケアが

こうなっちゃうとケアも大変!

❶ハッキリと刻まれた深いシワが何本も。保湿したところで、完全に消すのはムズカシそう……

表皮&真皮ダメージ

❷乾燥しきった表皮、そして加齢による真皮層の衰えにより、肌のはりや弾力がグンと低下。なかなか元に戻りにくい深いシワが刻まれた状態

手入れ方法はページから!

60代: 額やほお、あご下にまでシワがクッキリ。目の形すら違って見える!

50代: 一本一本のシワが確実に深さと長さを増し、まるで溝のように!

40代: ほおがたるんでほうれい線ができ、一気にオバちゃん顔に……

30代: 肌全体がしぼんだ印象。目や小鼻のまわりの小ジワがアヤシイ感じ?

20代: 肌に弾力とはり感が。シワも乾燥によるごく軽いレベルのみ

今すぐケアすれば間に合う!

❶乾燥が原因の細かなちりめんジワ。それだけに集中的に保湿すれば、わりとすぐ改善することも

表皮ダメージ

❷肌表面の水分不足により、角層がこわばって浅いシワになっている。真皮には目立ったダメージが見られず、まだ線維が張っている状態

資料提供/資生堂

お話をうかがったのは

花王PR
美肌への探究心は業界随一! より効果的なスキンケアアイテムの

資生堂PR
肌のメカニズムからコスメ全般にまで精通。年代に合わせたお手入れ方法を的確にアドバイス!

構成・文/小川由紀子
撮影/郡由太
イラスト/カツヤマケイコ

エイジングケア

から手を打たなきゃ、10年後の美貌は守れない!

掲載製品の問い合わせ先リストは P268

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

「乾いた女の哀しさを物語るのが、このちりめんジワ。コレを上まぶたにスッスッと入れるだけで女子を枯れた印象に変えてしまう、世にもオソロシイ線なのです」（カツヤマさん）

アイメイクやハードなクレンジングに常にさらされている上まぶたは、水分不足による乾きでひからびやすいゾーン。ただし、保湿ケアさえ徹底すれば回復も早いから、今ある潤い死守&水分チャージを怠るべからず！

第1老化
上まぶたにちりめんが……
㊤目ジワ

対策1
潤いを守る洗顔にシフトせよ!

あまりに目もとが乾くと感じたら、顔全体の洗顔を見直すのも手。たとえば保湿力にこだわったマイルドな泡立たない「洗顔料」を使うなど、今ある潤いを守り抜くこともシワケアには重要！

洗顔はコレだけでOK!
泡立たなくても汚れはきちんと落ちるよう設計されているので、2度洗いは必要なし！ せっかく守った潤いが奪われちゃう！

A毛穴に入り込んで汚れをかき出すアーモンドパウダー入り。天使の優しさ 150g ¥1380／ラッシュジャパン　Bあとの化粧水が浸透しやすい肌環境へと導く。ソフィーナ ボーテ 美容液洗顔料200㎖ ¥2310（価格は編集部調べ）／花王ソフィーナ　Cハチミツエキス入りのカプセルが角質層の隅々に潤いをデリバリー。トリートメントウォッシュ クリーム120g ¥3675／イグニス　D洗顔後のほうが肌が潤う驚異の保湿力。エスト ウォッシングエッセンス エンリッチド180㎖ ¥3675／花王　Eクレンジングも兼ねたダブル洗顔不要タイプ。アンドルー・ワイル フォー オリジンズ プランティドート フェイス クレンザー150㎖ ¥3990／オリジンズ

E
メイクオフもコレ一本でOK

D
美容液の保湿成分を約66%配合!

C
ハチミツエキスが肌をしなやかに

B
あとに使う化粧水の浸透を高める

A
毛穴奥の汚れまでしっかりオフ

I老廃物や脂肪の排出を促し、むくみのないパッチリ目に。リフト アフィーヌ アイ15㎖ ¥5775／クラランス　J水分を抱え込んだ見えないネットが密着。つけた瞬間ピンッと肌が張るのを実感。エッセンス アイゾーンリペアランス20㎖ ¥4725／イプサ　Kスパチュラが目もとの肌をほどよく刺激。DW アブソリュート ホワイト アイケア[医薬部外品]15㎖ ¥7875／パルファム ジバンシイ

F美容液チューブ先端の金属が目もとに密着。理想のマッサージが簡単に。カプチュール トータル アイ R 15㎖ ¥10500／パルファン･クリスチャン･ディオール　G光の力で小ジワを飛ばして瞬時に目立たなく。オール アバウト アイ 14g ¥4410／クリニーク　H傷ついた肌細胞の免疫力を回復。深ジワ予防に効果テキメン。アドバンス ナイト リペア アイ14g ¥7350／エスティ ローダー

J
見えないネットで目ジワがピンッ!

K
塗りながららくらくマッサージ

I
目もとの老廃物を排出

G
肌密度を高めてふっくら感UP

H
肌ダメージをDNAレベルで修復

F
理想の圧力で目もとの血行促進

対策2
むくみをなくして水分量をUPするアイケアを!

はれぼったくなりがちな上まぶたは、むくみケアをしないと重みでますますシワっぽく。アイジェルやマッサージ機能つきの美容液なら、まぶたを引き締めつつ、水分補給できて一石二鳥！

塗り方テク
効果し

3本指で眉ツボを軽くプッシュする
薬指を眉頭におき、中指と人さし指を眉にそうよう。自然な位置にあてる。そのまま軽く5回プッシュして

中指で目頭から目尻を2～3回
必ず塗り忘れがちな目頭から始め、目尻で塗り終わる。指は力の入りにくい中指を使いなでるようなタ

恐怖!

「シワ」から始める、必勝
そのひとスジが美しさの命とり!

ひとスジで顔を5歳は老けさせる「シワ」……それは恐ろしい老化のファーストシグナ

huale.com
慧美网 vimee.net

ズバリ! カラスの足あと
目尻+下目ジワ

蝴蝶网

笑うと必ずできる目尻&目の下のシワ。一日に何回も現れるシワだけに、将来的に定着するリスク大！　目もと用マスクやアイクリームを併用して、みずみずしい肌をキープし、シワがクセづけされない環境づくりを！

わゆるカラスのとを描くと生活出ます。家事とてに疲れ果てた……みたいな。に目の下のたるワを加えれば中は完璧です。ハ(カツヤマさん)

対策1
アイクリームで、潤いをチャージ&キープ!

特に乾きやすい目の下は、水分と油分を同時にチャージできる、リッチなアイクリームでケアするのがベスト！　皮脂膜の代わりとなって、皮脂腺のない目もとの潤いを守り抜く効果も。

E 繊細な目もと専用美白クリーム

F …ワのない…もとを形状記憶

D ジェルとクリームのイイとこ取り

B バリア機能を高め潤いの続く肌に

A 肌をもみほぐすスプーンつき

C パック並みに潤いを密閉!

A油分を微細化することで肌への浸透力をUP。センシエンス バイタラクティブアイポット［医薬部外品］30g ¥10500／アユーラ　B涙にヒントを得たとろみのある油膜で潤いを逃さない。アイセラム8g ¥1785／ファンケル　Cミツロウやグリセリンが潤いを密閉。肌がふっくら押し上げられるよう。アイ トリートメント クリーム 20g ¥4200／ポール&ジョー ボーテ　Dジェルの中にクリームを配合したユニークな処方。むくみケアも保湿力も万全。アイモイスト BA 15g ¥12285／ポーラ　E極上の潤いと美白効果に加え、小ジワをカバーするパウダー入り。ホワイトルーセント アイトリートメント［医薬部外品］15g ¥6300／資生堂インターナショナル　F肌の弾力を司る線維を束ねて強化するよう働きかける新成分をIN。オバジ ダーマフォースアイ 20g ¥6300／ロート製薬

…り方テクで効果UP!

中指で目頭から目尻を2～3回往復

上まぶたと同じく、目頭と目尻を起点にクリームをまんべんなくなじませる

目尻はピースで開いて!

開いた目尻に、逆手の中指でクリームを塗り込む。クルクルすると奥まで浸透

…策2
…もと用マスクを…大限に…用するべし!

…下から目尻を一気に集中ケアでき…もと用マスクは、このゾーンの特…イテムだから、使わない手はなし！…～2回、アイクリーム前に取り入…ば、くまやくすみまで目立たなく。

Gハチミツやコラーゲン配合。グッドプライスもうれしい。エンジェルクチュール天使の美羽（1回分）¥263（価格は編集部調べ）／コーセーコスメポート（「ローソン」限定発売）　Hマスクに含まれる美容液を時間差で放出。潤いを絶えず送り込む。EX スプラッシュウォータリーアイマスク（8回分）¥6300／ベキュア　I潤いを自らはぐくめる乾きにくい肌に。モイスチュア エンゲージ アイマスク［医薬部外品］（6回分）¥4725／ボーテ ド コーセー

G 目尻の上まで届く、長～い羽型

I 目もとの水分キープ力を改善

J つけて15分で小ジワが目立たなく!

K シワを物理的に引き伸ばす

H 約83%が美容液のぷるぷるマスク

L 1カ月の目もと集中ケアキット

慧美网
vimee.net

J美容液をそのまま固めたジェリーマスクで目もとふっくら。イリューム コラゲニング アイ ジェリーズ（10回分）¥3675／マックス ファクター　Kジェルシートがシワをその場でストレッチ。しわのばシートやわらかタイプN（5回分）¥714／ウテナ　L朝晩の美容液&上下のまぶた用マスク。ルナソル アイエッセンスキット（美容液2種各10g、マスク4回分）¥5250／カネボウ化粧品

Column
UVカットは基本中の基本!

紫外線は肌を乾燥させるばかりか、真皮に深刻なダメージを与えて深～いシワの原因に。きちんとUVカットできているか確認を！　（右）デリケートな目もとのための日焼け止め。SPF30・PA++。UVエクスペール ニューロ シールド ユー15ml ¥6300／ランコム

つけたまま寝ちゃダメ!

シートマスクをつけたまま寝るのは厳禁！　乾いたシートに潤いが吸われて、かえって肌がカサカサに

蝴蝶网 hudiecom

「おばあさん（絵）を描く時、ほうれい線は絶対！　自然にしなくても…レイだけ…（判読困難）…見えますから。自分の顔にできたらと思うと、ふ、震えが～～」（カツヤマさん）

はりや弾力の大幅な低下でできる“ほうれい線”は、保湿だけでは改善できない、いちばん手強いシワ。ここまできたら真皮に働きかけるリフトアップコスメを投入。さらに肌を物理的に持ち上げるマッサージ塗りを！

第3老化
一気に老け顔に変身！
ほうれい線

顔の側面も忘れずに！
左手を右の輪郭に添え、下から上にクッとリフティング。反対側も同じように

ほうれい線を指で伸ばして
人さし指の側面をほうれい線の溝に密着させ耳に向かってスーッと引き伸ばす

塗り方テクで効果UP!

ほおを下から上に持ち上げ
指の腹にコスメを取り、ほおを下から上へとゆっくり引き上げるようなじませる

対策法

ほおからしっかりリフトアップ！

ほおがたるんでどんどん下がり、そのひずみでできるシワが“ほうれい線”だから線だけに注目してもダメ。肌内部の弾力を高めるクリームや美容液でほおそのものをしっかり持ち上げて

Aパックのようなシールド膜で美容成分が絶え間なく浸透。翌朝のはり感は特筆モノ。スフレ…ウール　トレットマン（2ml…個）¥12600／ソニア　リキエル **B**広がった毛穴や輪郭のもたつきなどあらゆるゆるみに。リバイタリフト　フェイス・コントゥア…ネック　クリーム50ml¥2940／ロレアル　パリ　**C**マッサージのあと洗い流す前に数分おくと、…や弾力感がさらに上昇。DEWスペリア　マッサージコンセントレート100g¥7350／カネボウ化粧品 **D**顔にはりのネットワークを…し、肌を引き伸ばす。エスト…フトサポート　マルチエフェク…ー30ml¥8400／花王　**E**固形…ームが肌の上でオイルに変化…すべり抜群。マッサージバーム…g¥3990／RMK Division　**F**肌…胞レベルからリフトアップする…中用乳液。SPF15。エクストレ…コレクシオン　ファーミング…リュイド50ml¥14700／シャネル

注目！
すべてのシワに効果大と評判!!
シワケアのスター成分☆
レチノールコスメを取り入れよう！

肌の生まれ変わりを促し、はりとしなやかさを生み出す「レチノール」は、シワケアに絶大な効果を発揮する薬用有効成分。ただし熱や光、酸素に弱く、化粧品に入れづらかったことが難点でした。その「レチノール」を安定配合したコスメが、研究の末、ついに資生堂から登場！にっくきシワはもちろん、ほおの毛穴やはりのなさ、くまにも効果テキメンだから、今すぐ試さなきゃ～！

エリクシール　シュペリエル　レチノバイタル　エッセンス
✿スピーディな浸透力のローション状美容液。ほお全体のゆるみから毛穴の開きにまで働きかける頼もしい逸品。［医薬部外品］80ml¥7140（価格は編集部調べ）／資生堂

エリクシール　シュペリエル　レチノバイタル　アイマスク
✿乾いてしぼんだ目の下を集中的にケアする目もと用シートマスク。暗い印象にバイバイ！［医薬部外品］（12回分）¥5040（価格は編集部調べ）／資生堂

エリクシール　シュペリエル　レチノバイタル　クリーム
✿はりを失った目もとや口もとをふっくらとした潤いで満たす、クリーム状の部分美容液。［医薬部外品］15g¥8190（価格は編集部調べ）／資生堂

慧美网 vimee.net

ほおの毛穴 ハリのなさ 暗い目もと に「レチノバイタル」の力(チカラ)を!

明るく弾む肌を目指す エリクシール シュペリエル

近気になる、ほおの毛穴にカラスの足跡、暗い印象の目もと……放っておいたら、安は増すばかり。アラサー目前の今こそ、年齢にふさわしいケアの始めどきです!

／大原敏政 イラスト／カツヤマケイコ

お悩み C

乾燥・ハリのなさ・暗い印象の気になる肌に
エリクシール シュペリエル レチノバイタル アイマスク

薬用有効成分、純粋レチノールがたっぷりとしみ込んだ天然素材のシートマスク。暗さの気になる目の下にフィットして、明るい印象へと導く。（医薬部外品）12包（24枚）入／資生堂

お悩み A

毛穴・ハリのなさの気になる肌に
エリクシール シュペリエル レチノバイタル エッセンス

極小カプセルに内包された薬用有効成分、レチノールACEがはじけ、角層の奥深くに到達。のばした瞬間からきめ細かでハリ感のある肌へと導く美容液。（医薬部外品）80mL／資生堂

お悩み B

目もと・口もとのハリのなさが深く気になる肌に
エリクシール シュペリエル レチノバイタル クリーム

薬用有効成分、純粋レチノールが角層の奥深くに到達。目もとや口もとなどの気になる部分にじっくり届いて、ふっくらとうるおいに満ちた肌を実感できる部分用美容液。（医薬部外品）15g／資生堂

エイジング肌にレチノールのパワーを!

ふとした時に気になるほおの毛穴、目もとや口もとのハリのなさ、目の下の暗さ……これぞ、年々気になる肌にまつわる大問題。しかも、年を重ねるとさまざまな肌機能がうまく働かないように感じ、よい化粧品を使ってももどかしいばかり。そして、この状況こそ、エイジングの兆しかもしれません!

こうした状況に陥らないためにも必要なのが、年齢にふさわしいスキンケア。なかでも注目なのが弾むような肌のハリを目指すエイジングケア成分、レチノールです。これまで、安定的に配合するのが難しかったこの成分を、独自の技術で安定配合に成功したのが「エリクシール シュペリエル レチノバイタル」。選べる3アイテムが揃いました!

ここが気になる!

Ⓑ 目もと・口もとの乾燥、ハリのなさ
Ⓒ 目の下の暗さ、ハリのなさ
Ⓐ ほお全体の毛穴、ハリのなさ

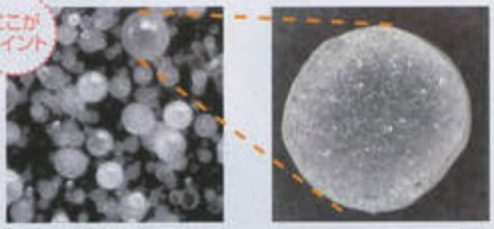
蝴蝶网 hudie.com
vimee.net

お悩み
A ほおの毛穴、ハリのなさ

ローション状美容液で押し返すようなハリ感へ

肌の中で純粋レチノールに変わり効果を発揮する薬用有効成分、レチノールＡＣＥ。水や熱に弱いこの成分を独自の極小のリピッドカプセルにとじ込めることで、肌に届く瞬間まで効果を守りきるのに成功したのが、このローション状美容液。肌全体に一気に浸透し、内側から押し返すようなハリ感とうるおいあふれる肌へ導きます。

ここがポイント



レチノールカプセル

水に弱く安定配合に難しいレチノールＡＣＥをローション状美容液に配合するために、独自のリピッドカプセルの中にとじ込め、肌にのせてから初めてはじけて浸透するように開発。ディスペンサーひと押し分に、なんと約1700個※ものカプセルが!

※１粒を0.3㎛とした時のディスペンサーひと押し（0.2mL）中の値（実測値・理論値より）

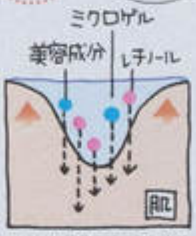
エリクシール シュペリエル レチノバイタル エッセンス

お悩み
B 目もと・口もとの乾燥、ハリのなさ

クリーム状部分美容液で奥から湧くようなハリ感を!

動きの激しい目もとや口もとにはフィット感の高いクリーム状美容液を。薬用有効成分、純粋レチノールが含まれるネット状のミクロゲルが、透明フィルムのように気になる部分に密着し、ハリをもたらします。また、純粋レチノールは酸素に触れるとこわれやすいため、独自の技術で開封後もチューブの口から空気が入らない配慮が。

ここがポイント



クリーム状美容液を気になる部分になじませると、ミクロゲルが瞬時にネット状に密着。ピンッとしたハリ感をキープしてくれる

エリクシール シュペリエル レチノバイタル クリーム

未開封状態　開封したあとの状態

ここがポイント　チューブ状の容器は、開封後、中からは針が通るけど、外側からは決して通らない一方通行に。酸素に弱い純粋レチノールを守る独自の工夫

お悩み
C 目の下の暗さ、ハリのなさ

目もと用シート状マスクで密着して集中ケア!

純粋レチノールがひたひたにしみ込んだ天然素材のシート状マスクは目の下の集中ケアに。絶妙なフォルムのマスクが目の下、目尻までフィットし、ハリ感をアップ。さらに、シートの密閉効果で、顔全体の印象まで左右する目もとの暗さを明るい印象へと導きます。はがしたあとはうるおいに満ちた明るいふっくら目もとに。

エリクシール シュペリエル レチノバイタル アイマスク

ここがポイント　シート状マスクを肌にのせることで、純粋レチノールが角層の奥深くにしっかり到達して効果を発揮。はがしたあとは、ピンとハリのある肌に

●問い合わせ先／資生堂お客さま窓口　0120・81・4710（9：00～17：00／土・日・祝日を除く）　www.shiseido.co.jp/eis/

「靴下屋」、「ショセット」、「マイティソクサー」の
レッグウエアでおしゃれが完成!

玲奈カジ★冬の足もとレシピ

家でぬくぬくしたい日も、お出かけやデートでおしゃれに気合を入れたい日も。
玲奈も夢中な、人気3ブランドのレッグウエアなら、
目移りしそうな可愛さと豊富なバリエで、オンもオフもばっちりサポート!

構成・文／吉森美穂　撮影／菊地　史　ヘア&メイク／国下伸一（ダイナミック）
モデル／竹下玲奈　スタイリスト／福田麻琴　撮影協力／アワビーズ　EASE

キュートなソックスで気分はHappy♪

でのくつろぎday。そんな時こそ、気分の上がる れ靴下の出番！　めくもり[illegible]をベースに、[illegible]ス¥2100／Ta[illegible]（靴[illegible]）　1グレーベースでも すいノルディック柄の靴下は、レギンスの上か ヤード。¥1470・2ベージュのジャカードもキュ ¥945・3やわらかなイエローでハートも癒さ デニムとの相性も二重マル。3足¥1050・4ブ のハイソックスは、タイツと合わせくしゅっと も可愛い、オールマイティに使える。¥1260・ ブな赤の幾何学柄は可愛さ満点。気分が上がり 3足¥1050・6足底にすべり止めのついたかな り厚地のタイプ。ルームソックスとして重宝すること 間違いなし！¥1890・7こちら[illegible]ルームソックスタイプ。シャーベッ[illegible]コンビがスイート。¥16[illegible]・8ゆる[illegible]とし[illegible]と[illegible]替えのポップなボーダーがキュート。フルレングスでハイソックス風に、くしゅっとさせてレッグウォーマー風にとアレンジも多様に。¥1365・9はいてるだけでスイートな気分になるあったかピンク。3足¥1050・10ベーシックなアーガイルタイプも一足は欲しい。3足¥1050　1～10靴下1,2,4,6（靴下屋）・7,8（ショセット）・3,5,9,10（マイティソクサー）／Tabio　パーカワンピース¥14700／アルアバイル

hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

ボリュームレイヤードも大人っぽく

さりげないスター柄のタイツとラメ入りレッグウォーマーの組み合わせは、カラーを同系トーンでまとめたのがカギ。大人っぽい足もとのレイヤードが、シンプルなニットワンピを旬コーデに底上げして。
スター柄タイツ¥2100・ラメレッグウォーマー¥1470／Tabio（靴下屋）
ワンピース¥18900／アルアバイル　その他／スタイリスト私物

レディな網タイツは特別な日に

ドレスアップの日は、ダイヤ柄の網タイツでフェミニン&エレガントに。縦ラインが足もとをすっと長く見せてくれる。ビジューなバッグや靴でほどよくドレッシーに。
タイツ¥1260／Tabio（靴下屋）　コート¥40950（アルアバイル）・ワンピース¥19950（ルル・ウィルビー）・バッグ¥16800（サンティ）／アルアバイル
その他／スタイリスト私物

デニム×アーガイルでトラッドに

折り返したインディ
ニムからのぞく、パ
ルのアーガイル柄が
やれ！　定番アイテ
組み合わせも、靴下
ーアイテムにすれば
なれた着こなしに昇
アーガイル柄靴下¥
／Tabio（ショセット
ジーンズ¥12390／ア
バイル（ドミンゴ）
の他／スタイリスト

クリスマスに靴下を贈ろう!

「足を温めてあげたいと思う人は、きっと大切な人です」。大切な家族や恋人に、日頃の感謝をこめて靴下をプレゼントしませんか？ Tabioではクリスマスプレゼントに最適な靴下を各種用意。12／16までホームページまたは携帯サイトにてサンタソックスプレゼントキャンペーン実施中！

GET MORE!
掲載商品の一部がネットで購入できます。ここへアクセス!
http://getmore.jp

●問い合わせ先／タビオ株式会社
☎03・3462・2020
www.tabio.com

美网
vmee.net

肌でとる!コラーゲン!

nudie.com

美肌の味方"コラーゲン"。
肌に効かせるなら、コスメから
とるのがいいって知ってた?

構成・文/山下弓子　撮影/青柳理都子　ヘア&メイク/鈴木京子(ロッセット)　モデル/落合恭子(モアモデル)　スタイリスト/福永いずみ　イラスト/ふじいまさこ

最近、私悩んでるんです……

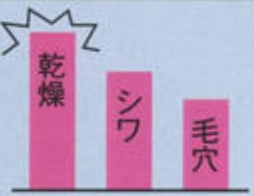
肌が乾燥して、水分や皮脂が不足すると、シワやたるみの原因となり、やがては定着することに! 乾燥→肌トラブル→肌老化、恐怖の乾燥スパイラルとはこのこと!

乾燥から連鎖する肌悩みに未来の不安を感じる人が

乾燥シーズン真っただ中。屋外ではカラカラの寒風にさらされ、室内ではエアコンによる乾燥に悩み……肌表面だけでなく内部のうるおい不足も心配、と感じている人も多いはず。実際、モア世代の冬場の肌悩み第1位は「乾燥」という結果も出ているし、そのほか「シワ」「毛穴」といった肌悩みも、「乾燥が原因かも」、「肌が乾くと悪化する」と感じる人が多数。肌に悪影響を及ぼし、複合的な悩みを引き起こしかねない乾燥への対策は、

モアのアンケートでも……

モア読者に行ったアンケートでも、冬場の肌悩みのダントツ1位は乾燥! 2位はシワ、3位が毛穴と続くけど、この2つの悩みも乾燥から引き起こされると認識している人が多し。恐るべし、乾燥!



ワンピース¥3990・シャツ¥1990/ユニクロ　ネックレス¥2400/アクセサライズ原宿店

おねがい Help!

十分なうるおいケアこそが、老けない肌をつくる

では、実際にどんな乾燥対策をしていけばいいのでしょう?「化粧水をつけた直後って肌がイキイキしてませんか? シワやたるみといった肌悩みも普段より目立たないはず。それはひとえに、肌がうるおいに満たされているからなんです。しかも、適度な水分量を保った肌は肌が美しくなろうとする機能もスムーズに働きます。つまりうるおった肌状態をキープした時間だけ、美肌を育成できるというわけ。だから、うるおい補給はものすごく大切なケアなんです」

うるおい補給に効く成分Best3は……

No.1 コラーゲン
たんぱく質の一種で皮膚では真皮に存在。細胞と細胞をつないで肌の弾力やツヤを保ち、水分を肌内部でキープする働きがある。これを作る力は年齢と共に減少しがち

No.2 ヒアルロン酸
肌内部の真皮で、コラーゲンなどの弾力をつかさどる組織を支えているのがヒアルロン酸。保水力に優れ、1gで6ℓもの水分を含むことができるといわれている

No.3 セラミド
肌の表面近くにある角質層の、細胞と細胞の間を埋める細胞間脂質の一種。水分保持力が高く、肌をみずみずしく、また、バリア機能を高める働きもある

慧美网 vmee.net

コラーゲンはうるおい効果もすごかった!

美しい肌に大切なのはうるおいだということはわかったけれど、効率よくうるおい補給するにはどんな化粧品を選べば?「とにかく保湿成分がたっぷり入ったコスメを選ぶこと。そして、数ある保湿成分の中でも、なんといってもいちばんおすすめなのがコラーゲン。保湿力が高いだけでなく、肌のハリやツヤ感までアップできる優秀素材です。残念なことに年齢と共に肌内部で合成されにくくなってしまう成分なので、ぜひ、今から意識的に取り入れて。未来

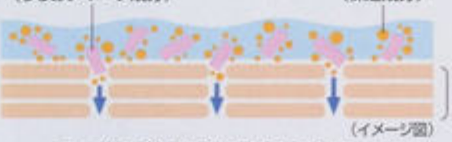
みんなのお悩みNo.1!

お肌の乾燥対策どうしてる?

しっとりぷるぷる肌に必要なのは

コラーゲンを肌に入れ込むには……

※ジラウロイルグルタミン酸リシンNa



(イメージ図)

コラーゲンはそのままでは肌に入りにくい素材。ところが、肌になじみのよいアミノ酸誘導体でコラーゲンの周囲を取り巻くと、すんなり入れ込むことが可能に。コラーゲンコスメを選ぶ時はこうした処方のものを選んで

コラーゲン豊富な食品の代表といえば、フカヒレやもつ鍋。ぷるぷるとしたゼラチン質がコラーゲンですが、食品でとるとほかの臓器に吸収され、皮膚まで届きにくいことも

たしかコラーゲンって
食品からもとれ
ますよね!?

おいしいフカヒレからとっちゃダメ?

「もちろん、コラーゲンは食品からもとることができます。ただし食品でとると高カロリーだったり、しかも肌まで十分届かないことも。コラーゲンは骨や筋肉、内臓など人間のあらゆる器官に必要なものなので、体内でほかの器官にも吸収されてしまうのです。肌に確実に届けたいなら、化粧品から取り入れるのがいちばん効率的。その際、肌に浸透しやすい処方のものを選ぶのがポイントです」

でも……コラーゲン入
コスメって
高くない……

「保湿ケアはたっぷり適量を使ってこそ効果が引き出せるもの。高いからとケチケチ使っていては、せっかくの化粧品も効果が十分に出ません。でもご安心を。最近はドラッグストアなどで、安くて優秀なコラーゲンコスメが見つけられますよ。"たっぷり使えて、しっかりと肌に届く処方"。これがいいコラーゲンコスメを選ぶポイントです。うるおってぷるんとしたハリのあるツヤ肌を目指すなら、ぜひコラーゲン入りコスメに挑戦を!」

ゆみっちの頼もしいアドバイスに恭子も大納得。さっそくコラーゲンコスメに挑戦!

うるおいケアとハリUPには、たっぷり使えるコラーゲンコスメを!

コラーゲン入りコスメのパイオニアだから頼りになる!

「ラムカ」がかなえる極上うるぷる肌

10年も前からコラーゲンに着目。肌に届きやすい浸透処方のコラーゲンコスメを展開している「ラムカ」で今こそ乾燥対策を!

構成・文/山下弓子　撮影/ケビン・チャン（製品）　青柳理都子（モデル）　ヘア&メイク/鈴木京子（ロッセット）　モデル/落合恭子（モアモデル）　スタイリスト/福永いずみ

肌に届きやすい浸透処方でうるぷる感がケタ違い!

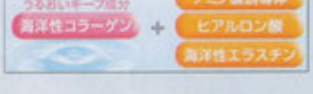
⊕「ラムカ」シリーズの代表アイテム3品がこちら。どのアイテムにも海洋性コラーゲン（うるおいキープ成分）と、肌になじみやすいアミノ酸誘導体（保湿成分）を混ぜ込んで配合。ほかにもヒアルロン酸や海洋性エラスチンなど保湿成分たっぷり。（右）みずみずしく、とろけるような質感の乳液。ラムカ　エモリエント　ミルクb　150ml ¥1155・（中）うるおいでしっとりとした肌に整える化粧水。とろみのあるテクスチャー。ラムカ　エモリエント　ローションEX b（とてもしっとりタイプ）200ml ¥1155・（左）うるおいをしっかり密封するクリーム。ベトつかないのにコクのある感触で肌しっとり。ラムカ　エモリエント　クリームb　50g ¥1155／ウテナ

化粧水はぷるんっとしたとろみのあるテクスチャーで、肌にすっと浸透する

のパッケージが目印

コラーゲンコスメの元祖! だからうるおい力が違います

美肌成分として誰もが知るコラーゲン。このコラーゲンに10年も前から着目していたのが、スキンケアシリーズ「ラムカ」。コラーゲンコスメのパイオニア的存在です。「ラムカ」のコラーゲンがほかと違う点は、独自の"浸透処方"にあり。うるおいキープ成分としてのコラーゲンに、肌になじみやすい保湿成分のアミノ酸誘導体を混ぜ込んで配合することで、うるおいがとけ込むように肌に届くのです! ほかにもヒアルロン酸やエラスチンといった保湿成分がたっぷりで、乾燥やたるみの気になる肌にうれしい限り。ぷるんとしたハリ感を与えます。



hudie.com
慧美网 vimee.net

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

ティシャン。編みテクニッ
使した、360度パーフェクト
アレンジ。「サイドに三つ
をつくって後ろ髪と一緒にゆ
編み、内側に巻き込むように
で留めれば完成」。"三つ編
繊細" "編み込みは太くざっ
のメリハリが表情豊か。達
らではのプロ級アレンジ！

編み込みで大胆にアップし
三つ編みで飾る芸術ワザ！

速報

三つ編み&編み込みが
街の人気を独占中！

達人ヘアが花盛り!!

アレンジ緊急速報！

／内田優子　坂部貴弘　田淵佳恵　フルフォード海　渡辺敬予　高橋依里

製品の問い合わせ先リストは　P268

vinee.net
蝴蝶网
hudie.com

おだんごは「ふんわり」
おくれ毛は「くるん」が絶妙

蝴蝶网
hudie.com

サイド結び×小物使いで
顔まわりを華やかに

3 速報 おだんごは大きくふわっと!

side

back

サロンレセプション。ふんわりおだんごをつくる秘訣は「トップでポニーテールをつくり、毛束を４つに分けて根元にピンで留めただけ。コテで毛先を巻いておくとまとまりやすく、おくれ毛もキュートになります♡」。最後に前髪をポンパっぽくピン留めしてポイントに

2 速報 サイド結びが最旬気分!

side

back

モデル。「サイド結びは、張りきりすぎ
大人っぽさが好き。さらに、帽子アレン
時も正面からヘアアクセが見えるのも魅
今日はベレー帽ともこもこシュシュで
を出してみました」。三つ編みを丸めた
ドシニヨンはおしゃれ感も抜群！

慧美网
vimee.net

みんなプロ級!

編んだり、盛ったり、ゆるめたり——

街のHITヘア

アレンジブーム真っ盛り、街には新鮮かわいいアレンジがいっぱい! 選りすぐりヘアをお届け!

蝴蝶网
hudie.com

魅力は無限大！ 街の最旬7アレンジ

街で目立っていた7スタイルをピックアップ。みんなのこだわりや技ありテクを全部見せます！

1 三つ編み&編み込みのバリエーションが急増!

好感度満点のゆるロングに三つ編みがアクセント

↑学生。ハーフアップ部分を右上から左下へゆるく編み込んでから、ダウンヘアになじませるように細く編んだ三つ編みがポイント。「レースのリボンアクセは手作りです♡」

↑事務。三つ編みのトレンド感と上品さを両立した好印象アレンジ。ハーフアップの毛束をゆるく三つ編みにして、「子供っぽくなりがちなモチーフアクセは、茶系の色で統一して落ち着いた雰囲気に」

↓作曲家。ボーイッシュになりがちなショートボブも「ちょい編み」で女らしく。「お気に入りのヘアアクセショップは『パリスキッズ』。安いし、ネットでも買えるので便利です」

←学生。センターから両サイドに編み込みをしてカチューシャ風に。「毛先をコテで巻くとアレンジのしやすさも女っぽさもアップします」。すその大きめカールでぐっと華やかに

美容師。「髪全体を編み込んで、サイドで丸めてピンで留めただけ」。[illegible]タがアクセントでパーティー[illegible]しそう。長めバングが小顔効果あり」

↓会社員。なんとあごラインの長さのボブアレンジ！ 髪全体を３つにブロッキングしてそれぞれ編み込み、毛先をピンで留めて完成。「美容師の友達から教わりました。簡単なのに凝って見えるからお気に入り」

↑学生。さりげない細三つ編みが上品。両サイドから中央に編んだ三つ編みを後ろでひとつに。「年上の人にもほめられる優秀アレンジです」

大胆な前髪編みで個性を光らせて

↓美容師。ノーバングならではの顔まわりの編み込みが、小顔効果アリ！「結べない長さでもサイドを編んでピンで留めればまとまります」

サロンスタッフ。編み込みをあえて片サイドに集めたアシメトリーなアレンジ。しっかり編み込む部分と、ゆるいおくれ毛のバランスが絶妙！「トップの毛束をねじって、さらにボリュームを出すのがポイント」

↑会社員。トップの盛りでシンプルな編み込みもたちまち今っぽく。「ビジューのシュシュは『ビジェス オベーク』で購入。きれいにまとまるよう、普段からトリートメントには気を使っています」

慧美网
vimee.net

2 サイド結びで絶妙なルーズ感

パラモチーフアクセがフェミニンな表情を添えて

❸学生。顔まわりの髪を多めに残せばルーズ感と小顔効果の両方ゲット！　「ファー素材のリボンゴムは「アクアガール」で購入。サイド結びは横顔も女らしくなるのが好きです」

❸学生。逆毛を立てたふんわり毛束がフェミニン。さらにゆるいボリューム感で優しい女らしさもアピール。「根元をねじってから結ぶのが、ほどけないゆるさをキープする秘訣！」

❹フリーター。風に揺れる顔まわりのおくれ毛が、とびきり女らしい雰囲気！「華やかなバラのゴムは、「PLAZA」で購入。プチプラアクセもリッチに見せるアレンジが得意です♪」

❸会社員。白サテンの大きめシュシュとバックの三つ編みで、360度華やかアレンジが実現！　「アレンジは後ろ姿も必ずチェック。三つ編みならピンいらずでまとまるので簡単」

❸学生。フェミニンなゆる結び×レザージャケットで甘辛ミックス。「ひと目惚れしたリボンゴムに…バサージュ…で購入。サイド結びはアクセが目立って…な感じ♪」

hudie.com

❹学生。ポンポンシュシュに毛束をくるっと巻きつけてボリュームのあるおだんごをつくる、仰天ワザを披露！　「中のシュシュが少し見えてアクセントになるので一石二鳥です」

3 おだんごは空気感がマスト

❹会社員。「シンプルなおだんごなので、サロンで購入したモチーフゴムで個性を出しました」。すっきりアップヘアが明るい髪色とマッチして爽やかな印象に

綿毛のようにふわふわの大ぶりおだんごに注目！

❹会社員。つや感のあるすっきりおだんごは、清潔感があって、好感度抜群！「半乾きの髪にワックスをよくもみ込んでおくと、ピンをたくさん使わずきれいに仕上がります」

❹幼稚園教諭。おだんごのランダムな毛流れが印象的。「左側に毛束を残しておき、耳上でピンで丸く留めてワンポイントに」。前髪は斜めに流して大人っぽく

美容師アシスタント。タイトにまとめたサイドとふんわりおだんごが美バランス！「ミディアムヘアなので、逆毛を立ててボリュームを出しました。仕上げはスプレーでキープ」

アレンジコラム 1 アレンジ上手さんの御用達アクセSHOP

アレンジを120パーセント楽しむためにはヘアアクセがなきゃ始まんな

vimee.net

…ナンバーワン！ アクセサライズ

イギリス発のアクセショップ。ヘアアクセはもちろん、バッグや帽子などの小物が大充実。今シーズンは…カワ…ッドドレスがイチ押し！
◆アクセサライズ原宿店　東京都渋谷区神宮前１の13の18　☎03-5414-0068　AM10～PM8

クチコミナンバーワン！ flower

街のアレンジ達人に人気が高かったのが「flower」のヘアアクセ。アメリカからの買いつけ品が多く花柄やリボンなどガーリーなものが中心。まるで手作りの一点もののようなぬくもりあるデザインも人気。
◆フラワー原宿店　東京都渋谷区神宮前４の26の30　☎03-5414-3626　AM11:30～PM8

リッチ感ナンバーワン！ acc

イタリアの工場で職人の…業によって作られるから…質の高さはお墨つき。…ュアリーなデザインで…式やデートなど、特別な…勝負アクセとしておすす…
◆アッカ青山店　東京都…南青山５の７の21・2F…-5766-3866　PM0～8…・日曜、祝日AM11～PM…

4 盛りアレンジで瞬時にあか抜け！

⊙サロンレセプション。定番ハーフアップも、さりげないトップの盛りで注目度アップ。「シュシュは友達の手作り」。大ぶりピアス×手ぐしでざっくり結んだルーズ感が辛口クール！

⊙販売員。ポニーの結び目を毛束で隠す、技ありアレンジ！「カラフルなヘッドターバンは「フラワー」で購入。コーディネートのアクセントにもなるのでお気に入りです♪」

ゆる&盛りシルエットで無敵の美バランス！

タレント。おくれ毛の「ゆる」とトップの「盛り」の両立でシンプルアレンジが瞬時にあか抜け！「毛先を巻いておいて、手ぐしで結んでトップを引き出すだけ！」

計算された"狙い盛り"でデキる女を演出！

美容師。前髪のフロント部分をねじってピン留めした、ボンパドール盛り。「フロントの盛りが生きるよう、あえてバックやサイドをタイトにまとめてみました」

⊙学生。長めバングとおくれ毛が大人っぽい美人アレンジ。「髪が少ないので、ゆるさや盛りでボリュームを出すようにしています」。小ぶりのリボンゴムがキュートさをプラス

5 シュシュは主役級の存在感

…ーター。明るい髪色×ナ…ルな色のヘアアクセがキ…な印象の秘訣。「レース…ュは新宿アルタで200円で…アクセはプチプラ派」

⊙エンジニア。フリンジみたいなミックスカラーシュシュが、サイド[illegible]存在感[illegible]役級シュシュは、雑貨店で[illegible]ました！」

⊙美容師。トップからしっかり編み込んだ清潔感のあるアレンジ。「シュシュは手作り。好きなデザインが安くできるので欲しいヘアアクセは自分で作ります！」

⊙会社員。後ろを編み込んでいるからうなじがきれいに見えて素敵！「シュシュを買った「フラワー」は大好きなお店のひとつ。ブローチなどもよく買います」

学生。大きめのドット柄が目を引くシュシュで無造作にポニーテール。「最近はシュシュのバリエが豊富なのでつい買っちゃいます」

派手シュシュなららラフに結ぶだけで注目の的！

美网 yimee.net
蝴蝶网 hudie.com

6 ヘッドドレスは個性派揃い!

パキッとしたブルーがコーデのアクセントに最適

➔美容師。「色がきいたヘアターバンは「109」で500円でした! 掘出し物を探すのが好き」。顔まわりがタイトにまとまって、ダウンヘアのボリュームが際立つのがおしゃれ

➔美容師アシスタント。麻素材のヘアバンドが髪色になじみ優しい印象。「センターパートの前髪は分け目がジグザグになるようにするのがポイント」。アクセの素材を生かしたナチュラル系アレンジ

➔フリーター。黒地にゴールドチェーンが巻きついた上品な大人めカチューシャ。「サイドアップは毛先をラフに散らして遊ばせました♡」

➔学生。前髪を残したガーリーなおだんごヘア×ロックなスタッズつきカチューシャの甘辛バランスが旬! 「切りっぱなしのデニムベストと相性がよくて気に入っています」

➔学生。レース編みの幅広ヘアバンドが、まとめ髪をおしゃれにホールド。「三つ編みしたポニーテールをピンでおだんごに。くずしながら無造作に仕上げたところがこだわり!」

蝴蝶网
hudie.com

7 帽子アレンジはバランスが命!

➔美容師。「へそ下くらいまでの超ロングなので、サイドに編み込んでから耳横でくるくる丸めてコンパクトに」。シンプルな麦わらキャップに、シニヨン＆花アクセで美バランス

➔学生。ベーシックカラーのベレー帽と派手色ゴムのギャップが好相性。「サイドのおくれ毛を多めに出したゆるさもポイント」。帽子を斜めにかぶれば、よりこなれた印象に

➔販売員。サイドにつくった三つ編みを、おだんごに。「アレンジすると首まわりがすっきりするので、ストールやピアスなどの小物を使って、冬おしゃれを楽しんでいます♪」

➔美容師。セミロングの髪を内側に巻き込んで、ピンで留めればボブ風に! 麦わらハットと合わせてリラックス感を演出。「"ゆるくておしゃれ"なアレンジがマイルールです」

辛口ハットもサイドのシニヨンで劇的キュート!

➔サロンレセプション。「サイドで結んでから、1回ねじってピンで留めただけ。アレンジがくずれないように、ハットは浅めにかぶるのがコツ」。テクニック以上の見映えがお得!

慧美网
vimee.net

アレンジコラム2 アレンジなんでもランキング

最新トレンドは街から生まれる! みんなの声を一挙ランキング!

よくするアレンジ

仕事

1位 [illegible]結び
2位 盛りハーフアップ
3位 前髪アレンジ

お仕事アレンジはとにかく「仕事の邪魔にならないように顔まわりをすっきりさせる!」という意見が大多数。なおかつ、時間がない朝でもできる手軽さがポイント!

デート

1位 編み込みアレンジ
2位 巻き髪ダウンスタイル
3位 ゆるおだんご

デート前のアレンジの平均所要時間は25分! 意外にもアクセ使いは控えめ。「巻き髪は男性ウケがよい」という定説は今も健在。デート日限定のコテ愛用者も!?

お気に入りヘアアクセ

1位 派手カワシュシュ
2位 リボンモチーフ
3位 細カチューシャ

定番のシュシュに次いで品揃えが多いのがリボンモチーフアクセ。素材のバリエも急増! 手軽な細カチューシャはアレンジ初心者にもおすすめアイテム

アレンジ上手だと思う芸能人

1位 梨花
2位 ベッキー
3位 宮崎あおい

ファッションは…ちろん、ヘアも…スマ的人気の…さん。最近では…み込みや帽子ア…ンジを披露。ベ…キーさんはお…ごアレンジ。宮…あおいさんは…アレンジが必…

アレンジ大公開!

アレンジ上手は世渡り上手!?
毎日ほめられまくりのアレンジテクを伝授!

蝴蝶网 hudie.com

大人のかわいさが際立つ華アレンジ

レストランで同窓会
華やか度満点の編み込みに視線集中!

…く編んだカチューシャ風三つ編み…んなに差をつける作戦です(笑)」…のシュシュは人気の『イラン イ…』サイドのシニヨンはあえてラフ…めて、余裕のあか抜け感を演出

1 左サイドからカチューシャのように、頭のトップを通って右サイドまで編み込む。最後に髪全体を右に流し、シュシュを使って耳の横でゆるいシニヨンに

side / back

彼とショッピング
待ちに待ったデートは元気ポニーでGO!

アクティブな印象のポニーテールは、リボンカチューシャでフェミニンさをプラス♡「元気なアップスタイルにするとつられてテンションも上がります!」

1 2 サイドの毛を多めに残しながら、頭の高い位置でポニーテールをつくる。結んだ毛束の一部をゴムの結び目に巻きつけて隠し、最後にカチューシャをつけて完成

side / back

オフィスで会議
盛り×ゆるやかな巻きが好印象

オフィスの雰囲気をなごませる、優しげなゆるハーフアップ。「適度なゆるさを残すと、会議が長引いても頭が疲れないというメリットもあるんです。ヘビロテのノーカラージャケットとも相性よし」

1 2 こめかみ上あたりから少なめに毛束を取ってハーフアップをつくり、トップの毛をつまみ出して盛る。リボンモチーフのゴムで毛束をゆるくシニヨンにして完成

side / back

before

back / side

「DEARA & gabriel」PR
佐藤優里亜さん

毛量 多　髪質 硬

少しくせのあるロング。「普段からくせを生かすために、全体をコテで巻いてからアレンジしています」。シンプルなテクニックで、自分の髪質を生かしたボリュームのある華やぎアレンジが必見!

サロン発のひと手間テクでこなれ感抜群

友達の結婚パーティー
細カチューシャで上品リッチに

…き込んだ編み込みおだんごが清…の"お嬢様風"アレンジ。「旬…ーンカチューシャは上品な華やか…式やイベントなどの…で、大…」

1 三つ編みを右サイドに流しながら内側と外側の2本つくる。内側の1本を耳横でピンで留める。残りの1本でおおいかぶせるようにピンで留めカチューシャを

side / back

彼とドライブ
うんとフェミニンなダウンスタイル

…いて、男性ウケがいい"ゆ…"

1 2 前髪を7対3に分け、それぞれ両サイドにねじりながら巻き込んでいき、耳横でピンで留める。下ろした髪はコテで巻いたり、逆毛を立ててボリュームを出す

side / back

サロンでお仕事
「おだんご割り」が新鮮なかわいさ

仕事しやすくお客さんウケもいいおだんごスタイル。シュシュではなく大柄のスカーフを巻くだけで、個性的で新鮮な印象に。「ヘアアクセに使えそうなものは雑貨店や手芸店など、幅広く探します」

1 2 トップでポニーテールをつくって毛束をひと回りねじり、シンプルなゴムでおだんごに。別のゴムで、おだんごを2つに割る。根元にスカーフを巻いて完成

side / back

before

back / side

「SHIMA青山店」スタイリスト
井野米子さん

毛量 多　髪質 普

全体的に重めのロングストレート。プロならではの裏ワザテクニックや、最旬トレンドのアクセ使いを紹介。「アレンジは、髪の長さやテイストをがらりと変えて見せるのがポイント! いかにイメチェンできるかが楽しむ秘訣です」

慧美网 vimee.net

好感度重視！の上品きれいめヘア

彼の家へご挨拶
上品なふんわりボブに即変え！

「髪を伸ばしている途中なので、中途半端な長さが気になる時はアレンジで人気のボブに変身します」。リボンバレッタで若々しさをプラスすれば、彼ママにもかわいがられるキュートな印象に

髪を3つにブロッキングし、コテで内側にカールさせる。[illegible]がトンネル状になるように、一束ずつ巻き込み、[illegible]ピンで留めていく。バレッタを留めて完成

side
back

カフェでリラックス
くるんと丸めたボンパにキュン♡

「編み込みハーフアップは、正面からアレンジが見えづらいので、前髪でアピールしてみました」。長めバングは、前髪をたらさずまとめるだけでもイメチェン効果！

前髪センター部分の毛束を指に巻きつけて、適当な丸い形をつくってピンで留める。ハーフアップ部分は編み込んで大きめの白ファーシュシュで結べば完成

side
back

取引先でプレゼン
きめの日こそ優しさも忘れずに

ピシッと気持ちが引き締まるひっつめは一歩間違えるとキツイ印象に。「トップを盛るのはもちろん、後ろ髪の毛束をサイドに流すだけで、清潔感はそのままにほどよいゆるさが出るんです」

オールバックにまとめた毛束を左サイドに流し、1回ねじってからピンで留める。ある程度ピンで固定できたら毛束をヘアクリップではさみ、カチューシャを

side
back

会社員
渡辺和佳さ

毛量 少
髪

細くて柔らかい
のミディアム。
社の上司や取引
にも好印象の
&華やかさを
ています」。シ
ルでも印象に
イントテクで
めアレンジ。
いかわいらしさ
出するヘアアク
センスも見逃せ

hudie.com

超ロングを生かした絶品3スタイル

クリスマスデート
可憐な三つ編みでクラシカルに

彼に喜ばれること間違いなし！ [illegible]120パーセントガーリーファッション。「髪を巻いたりトップを盛ったりしやすいし、きれいめシルエットづくりも簡単！」。ブラウス／私物(Bouvardia)

vimoe.net

両サイドから少しずつ毛束を取り、対称になるように後方へ三つ編みを2本つくる。2本の三つ編みを後ろで1本につなげ、ゴムで結ぶ。トップを盛って完成

side
back

友達の家でおしゃべり
極太の前髪編みが鮮度抜群！

顔まわりを編み込みと三つ編みで囲んで、どこから見ても華やかな美アレンジ。「女友達のおしゃれチェックはいちばん厳しいので、気が抜けません！」。チュニック／私物（Bouvardia）

顔まわりの毛を、1対9のアシメトリーに分け、両側から編み込む。リボンゴムを使って後ろでひとつにまとめてから、その毛束に極細の三つ編みを編んで完成

side
back

プレスで接客中
話に花を咲かせる上級ポニーテール

「仕事の日は、テンションの上がるアップスタイルできまり。おしゃれのプロがお相手なので、話のネタにもなるような凝ったディテールアレンジをこころがけています」。ニット／私物（Bouvardia）

顔まわりの毛を4つに分け、それぞれ三つ編みにしてピンで留める。毛束をひとつにまとめて1回ねじり、バランスよくピンで固定して完成

side
back

「Bouvardia」プ
原田沙奈子さ

毛量 普
髪

腰まである超
のストレートヘ
「ロングヘアは
ンジの幅が広い
魅力。もちろん
リートメントや
スづくりもとっ
重要です」。お
れプロも驚きの
アレンジは、思
きりおしゃれし
日におすすめ！

蝴蝶网
hudie.com

生理中の夜も、ぐっすり眠りたい!!

キレイの秘密は毎日の睡眠から!

のキレイをつくるのは、毎日の十分な睡眠!　でも生理中はモレが不安でなかなか寝つけないことも。
な夜には超吸収Wクッションの「ロリエスーパーガード」が強い味方に!

文／国分美由紀　撮影／鈴木 宏　ヘア&メイク／レイナ　モデル／落合恭子（モアモデル）
リスト／丸尾朋世　イラスト／きくちりえ（Softdesign）

ユーザーアンケート

Q1 生理中、経血量が多い日の眠りに満足してる?

どうしても眠気が強くなりがちな生理中。なのに、アンケートでは半数以上の女性が、生理の夜は快適に眠れていないことが判明！

Q2 眠りに満足できない理由は?

1 モレないよう姿勢に気を使う
2 モレが気になって目が覚める
3 モレが不安で深く眠れない

モレない姿勢をキープしようと体が緊張状態になり、安眠できないという意見が多数。「翌朝に疲れが残りやすい」という切実な声も

Q3 夜用ナプキンが後ろモレしないことに満足してる?

「寝ているうちに伝いモレした」という失敗談も。「安心して眠れる夜用ナプキンが欲しい」というのが、みんなの願い！

※[illegible]
Q1、2は[illegible]女性[illegible]に調査
Q3は1?～49[illegible]性5[illegible]に調査

¥1900・ソッ[illegible]
[illegible]／ジーユー　[illegible]
パンツ¥3990／
ード標山（ディ
ロップス）
ージ）シャツ¥
Ropé Picnic　そ
私物

慧美网
vimee.net

※超吸収 Wクッションなら 朝までぐっすり!

「ロリエスーパーガード」は、スキマをつくらない
Wクッションで気になるモレを徹底ガード！
心配な夜が、ぐっすり眠れる夜に♪

※花王同サイズナプキン比

これが新しい超吸収Wクッション

hudie.com

せき止め クッション

おしりのラインにスキマなくフィットするから、万が一、経血が後ろに伝っても、広がる前に引き込んでとじ込める！

パワフル 吸収クッション

ぎっしり配置された吸収体が、ドッと出てヒヤリとする経血も逃さずキャッチ！ そのまま奥へととじ込めるから安心

ここが 変わった!

After: Wクッションが、スキマのできやすい部分にもフィットして、心配な後ろへの"伝いモレ"を徹底ガード！

Before: クッションがひとつだと(※)クッションと体との間にスキマができやすく、後ろモレの原因に※花王従来品

Line Up!

スーパーガードシリーズ(超吸収Wクッション搭載)

⊕眠れる超吸収Wクッションを搭載したシリーズ。（右から）「ロリエスーパーガード MAX400」(羽つき・40cm・12個入り）・「ロリエスーパーガード EX340」（羽つき・34cm・16個入り）・「ロリエスーパーガード FIT300」（羽つき・30cm・18個入り）（3点とも医薬部外品・オープン価格）／花王

ほかにもこんなアイテムが!

vimei.net

⊕（右）ヒップを丸ごと包む、ショーツタイプのナプキン、「ロリエスーパーガード安心ショーツタイプ」（5個入り）・（左）超吸収クッションで、特に多い日の昼も安心！「ロリエスーパーガードパワフル昼用」（羽つき・24cm・22個入り）（2点とも医薬部外品・オープン価格）／花王

MOREモデル 恭子も愛用中!

一度使えば、この安心感がわかります!

毎日6時間以上は睡眠をとるようにしているけど、生理中はモレが不安なせいか、目が覚めたり、眠りが浅くて疲れがち。泊まりがけの撮影や旅行では、仰向けの姿勢をキープしてもドキドキして眠れなくて……。でも、「ロリエスーパーガード」を使ってみてビックリ！ 体にピッタリフィットするから、スキマが気にならないし、安心してぐっすり眠れるの。もう手放せません♡

 ●問い合わせ先／花王 ☎03・5630・5010 ■http://www.kao.co.jp/laurier/

世界中のファッショニスタが集まった！

UNIQLOパリオペラ店オープン騒動記

「日本で快進撃を続けるUNIQLOがパリにフラッグショップをつくる！」このビッグニュースを聞いて、なんとそのオープンを見届けるためにパリまで飛んじゃったワタシ。久しぶりの現場にワクワクしながらその全容をリポート！

撮影／[illegible]　イラスト／カツセマケイコ

編集長Sの取材メモ

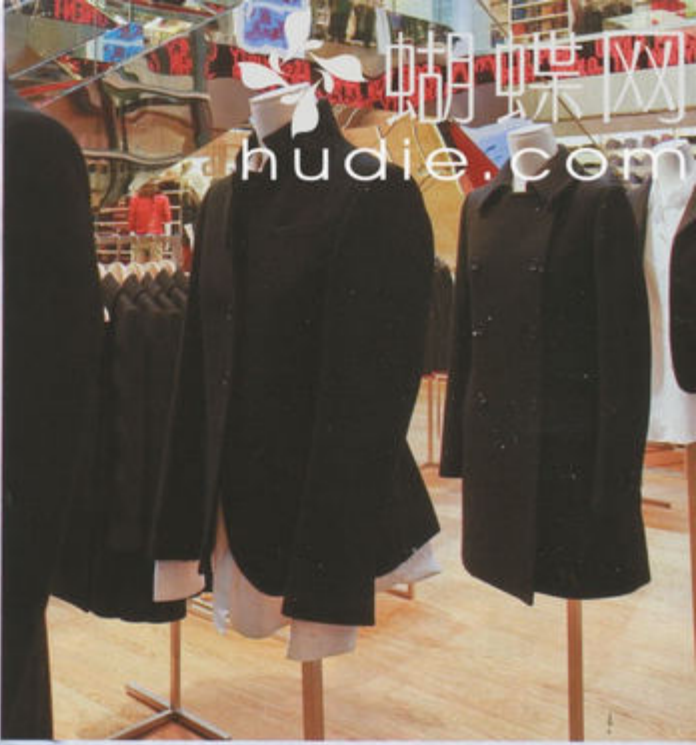
の開放感あふれる吹き抜けのセ
ーには、話題の新コレクション、
、サンダー氏が手掛けた「＋J
ラスジェイ）」が、圧倒的な存
で並んでいる。シンプルで美し
ッティングのジャケットやコー
、目が釘づけ！「欲しい……」

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

まずは全世界が注目の「+J(プラスジェイ)」。完成度の高さとその価格に狂喜!

ああ、好きなものだらけ。リポート忘れて試着三昧!?

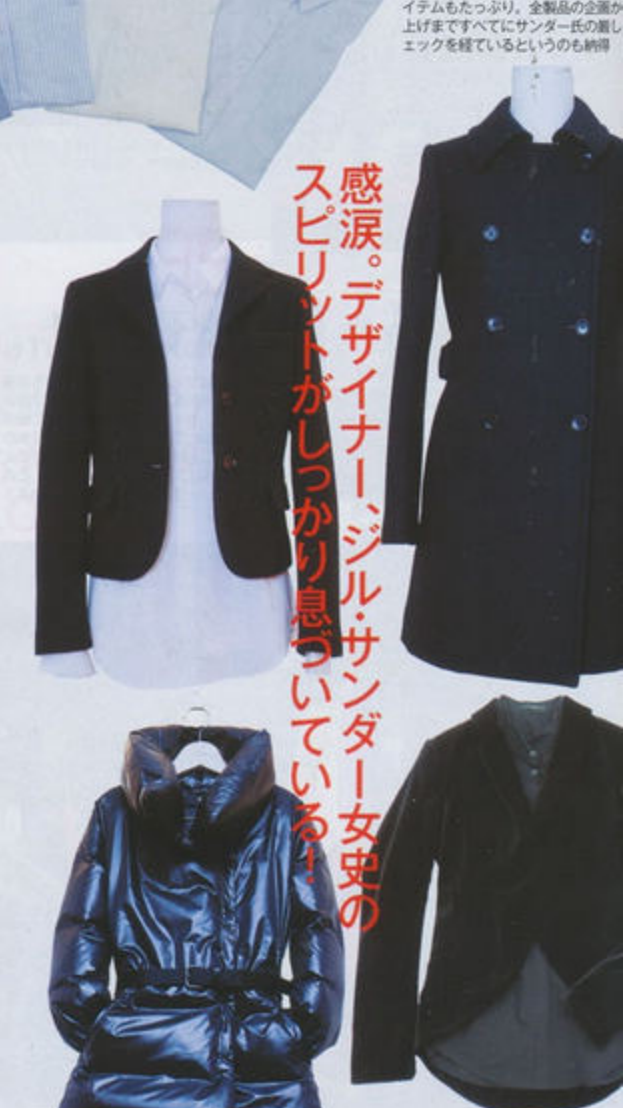
今回の取材で、楽しみにしていたのが、あの世界的デザイナー、ジル・サンダー女史が手がける話題の新コレクション「+J」。もともと大好きなブランドだったので、UNIQLOとタッグを組むという、信じられない夢のような商品に超期待していたんです。それが想像以上で、デザイン&クオリティはジル氏らしい完成度の高さなのに、誰でも手が届くUNIQLO価格。サイズバリエも多く(これ、Lサイズ女子としては重要)、アイテム数もレディースだけで約100型も。特にジャケットやコートは、シンプルだけど細部のカッティングに至るまで、神経が行き届いている完璧なシルエット。実際に袖を通してみるとその美しさが実感できます。試着でもう、興奮状態デス♥


蝴蝶网 hudie.com

ずらりと。微妙なストライプ幅の違いやクレリック衿など本当に充実。シャツ好きにはたまらない!

本当にこの値段ですか?? と思うくらいクオリティが高いです! ダブルボタンのウールコート、ショート丈のシンプルジャケット、燕尾服風刺繍ジャケットも。ロングダウンもモードな雰囲気。カシミヤニットやベーシックなストライプシャツなど、コーディネートに使えるアイテムもたっぷり。全製品の企画から仕上げまですべてにサンダー氏の厳しいチェックを経ているというのも納得

感涙。デザイナー、ジル・サンダー女史のスピリットがしっかり息づいている!



私の名前は[illegible]、だから私も「+J」。このロゴを見るたびにドキドキ。勝手に親近感を感じています!

慧美网 vimee.net

パリで大人気だった「+J」アイテムはコレ!

売り場からあっという間になくなったというのアイテムたち。日本でもほぼ完売状態。してみるとシルエットの美しさをより実

蝴蝶网
hudie.com

1F

カシミヤニットの迫力と「+J」のクールさ

1階はレディース&メンズフロア。こちらはカシミヤニットの色の迫力と「+J」のクールな佇まいのクロスオーバーなディスプレイが見ていて楽しい。ニットは整然と並べられていて圧巻。Vネック、クルーネックともにベーシックなデザイン

吹き抜けの部分には2階へ上がる大きな階段が。贅沢な空間

お次は、店内をご案内! 自然光とハイテクの見事な融合

カラフルなディスプレイ。私的にはベリー色がイチ押し

ニューヨーク、ロンドンに続き、満を持してオープンした世界で3番目のグローバル旗艦店がこのパリ オペラ店。実は過去2都市とも取材した私にとって「さて、パリはどうするのか?」は気になるところ。店内に入ると吹き抜けから自然光が差し込む気持ちいい空間が広がります。店内のガラスボックスには回転するディスプレイと、53台の電光モニターが。自然光と最先端のハイテクが完璧にマッチして、新しいUNIQLOの世界観が表現されています。オープンの目玉商品はカシミヤニットとジーンズ。1階の18色のカシミヤニット、地下1階の12色のジーンズともカラーバリエ&ボリュームとも圧巻で、これでもか! というくらいのパワー。パリジェンヌたちもびっくりでしょう。どちらも私的にはベリー色がおすすめ!

2F

メンズ売り場には、アニメで人気のUTも

2階のメンズフロアは回遊できる楽しさがある。正面のジーンズフロアは、カッコいい赤いマネキンに目が奪われて。UTのTシャツは日本のアニメシリーズが楽しい。パリの人たちはアニメ大好きだもんね。このTシャツ、パリではやると思います!

慧美网
vimee.net

B1

やっぱりジーンズ! 華やか色バリエが新鮮

ダウンやヒートテックなど人気商品が目白押しの地下1階のレディースフロア。なかでもUNIQLOが力を入れているのがジーンズだ。カラフルな12色展開。特に細身のストレッチジーンズは、カジュアル&カラフルなコーディネートも凝っていてワクワクします!

前夜のパーティーは大盛況! 興奮と熱気に身動き取れない!

パーティーの招待状はこの扇子。
ニッポンな感じがイイデスネ

UNIQLOパワーを世界に見せつけた夜

オープン前日の夜、パリ　オペラ店でパーティーが行われました。入場チェックも厳しかったのに会場は人・人・人……。パリコレが始まる時期だったので、なんとこの夜は世界のファッション関係者がこの店に集結。パーティーはのっけから熱気と興奮に包まれています。もう、人の頭しか見えません！　パリの高級日本料理店『usagi』のケータリングや伝統的な鏡割り、DJによる音楽パフォーマンスなど趣向を凝らした華やかなプログラム。世界のファッション業界全体が不況に落ち込んでいるなか、日本のUNIQLOパワーを世界に見せつけた感じで、ちょっと誇らしい気持ちも。とにかく大成功のパーティーでした！

満員御礼！

UNIQLO・柳井　正社長

4

3

2

1

❶見て！　この人だかりを。華やかなドレス着物姿も見かけたパーティー会場　❷インテ
デザイナーの片山正通氏（ワンダーウォール
アートディレクターの佐藤可士和氏。グロー
旗艦ショップはすべてこのふたりが担当　❸
で人気の日本料理店から贅沢なケータリング
パリ　オペラ店のスタッフはこのTシャツを

オープン当日

なんと800人以上の行列。「+J」は大混雑に！

10月1日、気持ちのいい秋晴れの日にUNIQLOパリ　オペラ店がオープンしました。オープン前には長蛇の列。パリで行列なんてめったに見られない光景なんだとか。そして、私もテープカット後の12時きっかりにお店に突入。

取材時から狙っていた「+J」のジャケットやらニットやらを買物バッグに放り込む。そう、ここはすでに激しい争奪戦が！　そして、オープン20分後にはもはや何も残ってなかった……。恐るべし！　地下1階に下りるとジーンズ売り場ではパリジェンヌたちがわらわらと。本当に賑わっていました！

これは戦利品のほんの一部!

オープン当日のこの混雑ぶり こちら！　私も欲しいもの目がけて突進。レジのブースも広くてスムーズに流し、そんなに待たなくても無事にゲットできました。よかった♡

パリのあちらこちらに UNIQLOが!

10月1日のオープンまでにUNIQLOの知名度を上げるPR作戦に抜かりはなかった。ショップ近くのパリのメトロ4駅、バスなどの公共機関はもちろんのこと、キオスクの看板、はてはオペラ座界隈のパン屋さんにバゲット袋を提供。バゲットの袋だなんてよく考えたなーと感心。とにかくPR作戦は当日、パリでは珍しい行列をつくるという偉業（？）を果たしたのでした！

UNIQLO PARIS OPER

17 RUE SCRIBE
75009 PARIS

場所はオペラ座の道をはさんで隣という絶好のロケーション。向かいにはギャラリーラファイエットのデパートも。おしゃれなパリジェンヌで賑わっているエリア

本で“3つの効果”！ ツインエレナイザーPRO

人気ヘア&メイク
あぶちゃんも
絶賛！

エステ並みの美肌&小顔ケアをおうちで！

蝴蝶网
hudie.com

肌にはこだわりあり！ のヘア&メイクあぶちゃんが、
ハマっているのが美顔器を使ったスキンケア。
本で肌のコンディションを整え、小顔効果まで期待できる
インエレナイザーPROの魅力に接近！

・文／中木 絢（Digital Lights） 撮影／大原敏政（製品） 高井知哉（人物）

これが
3つの効果！

クレンジング

超音波・
イオン導入

引き締め

イオンクレンジング機能に加え、超音波導入とイオン導入を同時に行うツイン導入、引き締め効果のあるマイクロカレント&ソニック機能も搭載した最先端美顔器。ヘッド部分はプラチナ製で金属アレルギーを起こしにくいのもうれしい配慮。ツインエレナイザーPRO￥36750／エビス

最新の技術を使って自分で簡単美肌ケア

シワ、たるみ、シミ……と年々増える肌悩み。さらに冬は空気の乾燥や暖房などの影響で、トラブルも起きがちです。そんな人にこそおすすめなのがツインエレナイザーPRO。エステサロンなどで使われる最先端の技術を取り入れた美顔器で、美肌メイクにこだわるあぶちゃんこと沖田さんも「すぐに効果が実感できる！」と、セルフケアはもちろん、撮影現場でも愛用するほどの溺愛ぶり！

「ハンドケアだけでは、やはり限界があるもの。クレンジングやイオン導入、引き締めまで効率的に肌にアプローチできるこの美顔器

唯美网
vimeee.net

わずか5分のケアで肌が変わる!

ケアするのが楽しくなる3つの効果

クレンジング

毛穴の奥に詰まった汚れも電気的力でキレイに! スキンケアの効果もアップ

これでクレンジングするとコットンがけっこう汚れるのでびっくり。毎日続けるうちに、くすみも取れて顔が明るくなったようです。毛穴の汚れがキレイに落ちることで、その後に使うスキンケアの浸透もアップ。美肌づくりの基本は、しっかり肌の汚れを取り除くことが何より大切だと再実感です!」

あぶちゃんが使っている クレンジングはコレ!

モイスチャーローション

保湿成分たっぷりの化粧水で汚れをオフ

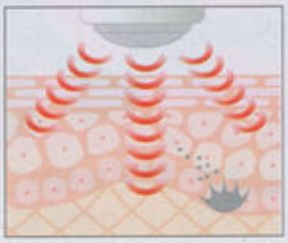
モイスチャーローションをしみ込ませたコットンをヘッドに取り付け、クレンジングを。「Clean」モードにして、肌に軽くコットンを押し当てるだけでOK!

➡保湿成分のヒアルロン酸や抗酸化力の高いボタンエキスなどを配合。使い続けるほどに透明感とツヤが! モイスチャーローション100mℓ¥3675/エピス

超音波・イオン導入

普通のスキンケアでは届かない美肌成分が肌の奥まで浸透! 内側からふっくらやわらかく

分子が大きい美容成分も、イオン導入によって肌の奥深くまでアプローチ。しかも、超音波の振動を与えることでぐっと浸透を高めてくれるのだとか。私の場合、ほうれい線が肌の疲れ度を知る目安なんですが、気になる朝はこれで速攻ケア。肌の内側からふっくらして、すぐに線が薄くなりますよ」



超音波の振動を与えて成分の浸透を高め、ビタミンAなどイオン化しない成分まで導入。マイナスに帯電している美肌成分も届ける

Yoko Aburakawa

肌の美しさを引き出すナチュラルメイクはモデルにも大人気。美肌づくりのために、常にさまざまなアイテムを試し、気に入ったものは必ず持ち歩くそう。ツインエレナイザーPROはずっと愛用中

あぶちゃんおすすめ ニキビ・毛穴ケアはコレ!

Cエッセンス

➡肌に浸透しやすく安定性の高いビタミンC誘導体をエステサロンと同レベルで配合。肌への刺激が少なく、やさしい使用感もうれしい。20mℓ¥4200/エピス

植物性コラーゲン MC100

たるんで目立つ毛穴をキュッと引き締める

ビタミンCとコラーゲン、2つのエッセンスをなじませた後、「Twin」モードで超音波とイオンのツイン導入。皮脂の過剰分泌も抑え、毛穴も引き締める

➡大豆を特殊発酵させて抽出した植物性のコラーゲン100%原液。年齢とともに失われがちな成分を補って肌のハリと弾力をキープする。33mℓ¥6825/エピス

引き締め

気になる部分の筋肉に働きかけて引き締める! むくみもたるみも撃退

目もとや口もとを引き上げるように

「顔半分だけ、マイクロカレント&ソニックで引き締めケアをするとその違いは一目瞭然! 口角がキュッと上がります。ケアしている時は刺激を感じないけれど、実際は電流が流れていて筋肉に働きかけているそう。夜だけでなく、朝、顔のむくみが気になる時にもこのケアがおすすめ。忙しい朝でも手軽に使える便利さも魅力です」

Cエッセンス　エクセレントバイオ EX100　植物性コラーゲン MC100

あぶちゃん愛用 ハリ・くすみケアはこれ!

ハリのある肌に整えるスペシャルケア

ハリ、くすみ、毛穴などあらゆる悩みに効率的に働きかけるなら、3つのエッセンスを使用。「Mc-Sonic」モードで下から上に引き上げるようにして小顔ケアも

➡天然植物[illegible]プラセンタエキス[illegible]原液。[illegible]ンや[illegible]をバランスよく配合。[illegible]効果にすぐれ、ふっくらとした肌に導く。[illegible]¥10500/エピス

●問い合わせ先/エピス [illegible]0120・44・[illegible]

vimee.net
hudie.com

マスカラ＋シャドーのみ

普通目

オフィス仕様のアイメイク。
品はいいけど……地味？

蝴蝶网
hudie.com

目もとを豪華にアップデート！

でゴージャス★デカ目

撮影／内山め史（人物）　内田哲朗（製品）　ヘア＆メイク／森ユキオ（NEWS）
モデル／MARIKO　塩田そら　花原　緑　スタイリスト／福永いずみ

掲載製品の問い合わせ先リストは　P268

慧美网
vimee.net

普通目＋下まぶたメイク

小盛り

下のまぶたを縁取るだけで
こんなに差が出る！

普通目+Wライン

中盛り

上下に違う色のラインを
きかせて、一気に迫力アイ

目ヂカラ王子

森ユキオさん秘伝

小盛り 中盛り 大盛り ——いつもの

“盛りアイメイク”

「盛りヘア」に続け! と、目もともリッチな「盛りメイク」が絶賛注目! ならば、デカ目の貴公子・森ユキオさんが3つの“盛りテク”を完全伝授。大胆に瞳を飾ってドラマティックな目ヂカラを!

普通目+つけまつ毛

大盛り

見よ、このインパクトを!
吸い込まれそうな目ヂカラ!

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

ーンに合わせて、いつものまなざし3変化!

盛り"別・ゴージャス★デカ目プロセス

大・中・小、3つの盛りテクをマスター。シーンに合わせて目ヂカラを操るべし!

普通目+下まぶたメイクで

小盛り★

ユキオ'sルール

"下まぶたメイク"に命をかける!

まず、下まつ毛の目頭&目尻にマスカラをしっかり塗ってない人が多い! ここをていねいに仕上げるだけで目の『縦幅』が広がり簡単にデカ目になれるんです。さらに目尻側にアイラインを入れて影をつくると効果アップ。どんな目の形でも下まぶたの形は共通だから、ぜひトライを

こんなシーンに
●彼とのクリスマスデートに♡
●会社の忘年会で存在感を!

ダマダマまつ毛が美しい瞳を妨げる!

適当に塗ったせいで、下まつ毛の根元にマスカラがついてない! ダマも目立つし、雑な印象を与えてしまう……

使ったのはコレ!

❶右上を使用。レ ルガール ドゥ シャネル(12/4~限定発売)¥8400/シャネル ❷にじまない。ダブル ウェア ステイ イン プレイス アイ ペンシル02¥2625/エスティ ローダー ❸ボリュームも長さもこれ一本で。SHISEIDO パーフェクトマスカラ BK901¥3990/資生堂インターナショナル ❹下まつ毛に。パーフェクトセパレートマスカラ¥1890/エテュセ

1 下まぶたにブラウンシャドーを

❸のマスカラを上下それぞれ1回ずつ塗ったら、下まぶたの際全体に細く❶の右上のブラウンシャドーを。目頭に向かって薄くなるようにぼかしながら入れて

2 ブラウンのアイライナーを重ねる

黒だと悪目立ちしてケバい印象に。自然になじませつつ深みを出すために、肌なじみのいい❷のブラウンのペンシルアイライナーを目尻から2分の1まで入れる

3 ブラウンラインを上まぶたの際に

上まぶたの際も、同じくブラウンのアイライナーでさりげなく引き締めを。まつ毛の間を埋めるように全体に細く入れて。この「隠しライン」がデカ目にきく!

4 二重の幅にブラウンシャドーを

目を閉じて、二重の幅を目安に❶のアイパレットの右上ブラウンを入れる。目もとにぐっと立体感が出て、まなざしの印象を強く見せる大事なポイント

奥二重なら… 二重の幅に1回塗って、次に目を開けながらさらにシャドーを上に塗り足す

一重なら… 目を開けた時にブラウンシャドーがきれいに見えるように、やや広めに入れる

5 目尻まできっちりマスカラを!

目の縦幅を広く見せるキモ! 先端が細い❹のマスカラに替えて下まつ毛全体を塗ったら、目尻側のまつ毛に塗り残しがないように、念入りに重ね塗りを

6 目頭も一本残らず塗って

目頭のまつ毛もしっかり塗って。根元から塗らないとダマができて、せっかくの下まぶたメイクも台なし。うぶ毛まで塗るつもりで、一本一本ていねいに!

7 ホットビューラーでカール強調

下まつ毛をきれいに仕上げたら、上下まつ毛にホットビューラーを。しっかりカールを整えることで、目の縦幅がより広く見える。このひと手間を大事に!

8 上まつ毛にマスカラを重ね塗り

最後にもう一度❸のマスカラを重ね塗りして、ボリュームまつ毛にダメ押しを! 根元を多めにつけるのがポイント。アイラインを入れたような目ヂカラが!

奥二重なら… まつ毛が隠れやすい奥二重は、繊維入りのマスカラを重ね塗り。中央を重点的に

一重なら… マスカラを塗ったあと、さらにホットビューラーで毛先を丸め込んでカールを

おすすめアイテム

❶…ちんとオフ。デジャヴュ タイニースナイパーRN(ピュアブラック)¥1050/イミュ ❷繊細なライン…簡単に…インテグレート ラインパワーアイズ BR330¥1575(価格は編集部調べ)/資生堂 ❹ダークブラウンで引き締め。アイカラーデュオ3(限定品)¥2940/イプサ

蝴蝶网
hudie.com

完成！

さりげない陰影でほんのり女らしいデカ目に！

肌なじみのいいブラウンが下まぶた
上品な「影」をつくり、目もとに立
感が出現。繊細にのびる上下のまつ
が、目ヂカラアップに一役！

ワンピース¥9975／ビー・エックス
ィグレース)　カチューシャ¥9030
ブレスルーム（イー・エム　ブルー
ネックレス¥8925／エルゴット（ク
デュ　クレ）

完成！ 奥二重

ちょいたれ目風の愛らしい"盛り"を

使ったのはコレ！

4 3 2 1

クールに見られがちな奥二重も、小盛りメイクで、キュートなパッチリ目に変身。❶インジーニアス　ペンシルアイライナー04¥2625・❹上から3色でグラデに。ミスティーク　アイズ02（限定品）¥3990／RMK Division　❷フェノメン・アイズ・エクステンション　パール　No.1（限定品）¥4410／パルファム　ジバンシイ　❸下まつ毛がぐんと長く。ファシオ　ラッシュブルームクリエーター　BK001¥1575／コーセーコスメニエンス

ニット¥8998／アース　ミュージック＆エコロジー　スーパープレミアム　ストア　六本木　ピアス（ブローチとして使用）¥3990（キャバレー）・ネックレス¥14700（イー・エム）／ブレスルーム

慧美网
vimee.net

完成！ 一重

目の縦幅は3割増し！

使ったのはコレ！

4 3 2

のっぺり見えがちな上まぶたに
が生まれてくっきり！　その差は
❶下まつ毛に。マスカラ　ワンダ
パーフェクト01¥4200／クララン
❷パンダ目知らず。パワーポイン
アイ　ペンシル(ダック)¥2310／M
❸まつ毛がふさふさに。ボリュー
エクスプレス　マグナム　ウォー
プルーフ01¥1260／メイベリン
ーヨーク　❹理想的なグラデが。
ブ　クチュール　デザイニングア
507¥3885／花王ソフィーナ

ワンピース¥11991／アース　ミュー
ック＆エコロジー　スーパープレ
ム　ストア　六本木　ネックレス
200／エルゴット（クレデュ　クレ

蝴蝶网
hudie.com

普通目＋上下ラインで

中盛り★★

ユキオ'Sルール

"Wライン使い"で 目の幅5割増し

メイク感が格段に上がるのがズバリ、アイライン。上下に入れて『囲み目』にすると、目もとの印象が強くなります。下のラインは、黒だと強すぎるのでカラーラインで抜け感を。上は目尻をはねさせてお人形風に。さらにグレイシャドーを足せば、おしゃれ度も満点です！

こんなシーンに
- 楽しくガールズパーティー☆
- 男女でワイワイ忘年会!

After　Before

目頭までラインを入れると怖い!

ただ囲めばいい、ってもんじゃない！　目頭までラインを入れて完全に囲んでしまうと、一気にケバく、怖くなってしまう

使ったのはコレ!

ブラウンシャドー＆ライン、マスカラは小盛りメイクと共通。❶スモーキーな深みが。モノクルール　オンブルイユ17¥2940／クラランス　❷極細芯でまつ毛の間を埋めやすい。ケイト　スーパーシャープライナーN　BK-1¥1050／カネボウ化粧品　❸黒ベースのカーキ色。ちょいカジュアルな印象に。マジョリカ　マジョルカ　パーフェクトオートマティックライナー　GR604¥1260（価格は編集部調べ）／資生堂

1 上まぶたにブラウングラデを

ブラウンのアイシャドーで上まぶたの際は濃く、アイホールに向かってぼかすように入れてグラデーションをつくる。二重の幅だけに入れるより立体感がアップ

2 グレイのアイシャドーをプラス

❶のブラウンシャドーの上に、二重の幅でグレイを重ねる。グレイはどんな色とも相性がいい締め色で、おしゃれな印象も高い。マルチで使える便利なカラー！

奥二重なら… 目を開けた時にグレイがわかるように、アイホールに向かってグラデーションに

一重なら… 入れる幅は二重と一緒でOKだけど、目頭は塗らない。立体感が出る必殺ワザ！

3 リキッドライナーを目の際に

目の形に合わせて、❷の黒のリキッドライナーをオン。上まぶたの際に細く入れて、"見せる"ラインをつくる。目のフレームが際立ち、くっきりとした印象に

4 目尻をぴょんとはねさせる

上まぶたの際全体に入れたら、目尻に「はね」をつくる。目尻に1本まつ毛を描き足すイメージで、5㎜ほど外側から3で描いたラインにつなげるように入れて

一重なら… 目の横幅を強調したいので、はねさせずスッと平行にペンを引き抜く要領で、水平にラインを引く

5 下まぶたにブラウンを仕込む

いきなりカラーラインを入れずに、まずブラウンのシャドーを細く塗って土台をつくって。こうすることで色が悪目立ちせず、自然になじませることができる

6 カラーライナーを細く全体に

中盛りメイクいちばんのポイント！　下まつ毛のすき間を埋めるように、❸のカラーライナーを細くオン。一気に引かず、ちょんちょんと点描きすると失敗なし！

7 目尻&目頭はカラーレスが正解

ぐるっと囲むと怖くなるので目尻と目頭はラインを入れずに"抜け"をつくって。今っぽさ＆おしゃれさを左右する、大事なテクニック！　たれ目風にしたいなら、さりげなく目尻の下ラインを上ラインにつなげて

おすすめアイテム

❶濃黒&目に優しい処方。ダンダ　エスジェイ　リアルリキッドライナー¥1260／コスメデック・アイ　❷「小悪魔アイ」がかなうワインパープル。リキッド　アイライナー　N　201¥2625／アナ　スイ　コスメティックス　❸繊細なつやが魅力。ケイト　ディープトラップアイズ　BK-1¥1680／カネボウ化粧品　❹マットな発色で、目もとが大人っぽく。イレール　デュオ78¥5460／シャネル

慧美网
vimeet.net

蝴蝶网
hudie.com

完成!

大人カーキがポイント! カジュアルな囲み目

目尻のはねが目をワイドに見せる
下まぶたにカーキをプラスするこ
で、こなれた印象をアピールしつ
インパクトのある瞳にシフト

ブラウス¥9996／ライフ　ドルチ
ラボ　プランタン銀座　ベスト
11991／アース　ミュージック&エ
ロジー　スーパープレミアム　ス
ア　六本木　ネックレス¥3600／
レスルーム（リトル　エンブレム

完成! 奥二重

きらめくシルバーで華やかな抜け感を!

使ったのはコレ!

白+輝きで華やかさも……
❶コフレドール　クイックライナー
BK-31 ¥2940（価格は……）
／カネボウ化粧品　❷ハフタ・アイ
ス・ライナー 7（限定品）¥3990／
パルファム　ジバンシイ　❸……
グレイを使用。オンブル　アブソリ
ュ　パレット　……センス　G20
¥6930／ランコム

After　Before

カットソー¥10290／ビー・エックス（ディグレース）　シュシュ¥2100／エルゴット（クレデュ　クレ）

完成! 一重

しっとり女らしい洗練パープルライン

使ったのはコレ!

フェミニンな目ヂカラが!
❶メタリックな輝き。スタイル
ライナー174(限定品)¥3885・❸
しなやかなテクスチャー。アン
クルール066¥3570／パルファン・
クリスチャン・ディオール　❷超
細筆。トワニー　グラマシー　リ
クイドアイライナー　BK-01¥2415
／カネボウ化粧品（トワニー）

After　Before

ニット¥3500／イーエー
キャミソール¥3990／ア
ミュージック&エコロ
スーパープレミアム
ア　六本木　スカーフ¥
／エルゴット（クレデュ
レ）　ネックレス¥18690
ンダ　ファブリカ（ヴォ
トーキョー）

……美网
yimee.net

蝴蝶网 hudie.com

普通目＋つけまつ毛で

大盛り

ユキオ'sルール

“つけまつ毛”を投入して目ヂカラMAX

すっかり市民権を得た『つけまつ毛』。これに勝る盛りアイテムはない！　上にボリュームが出る分、下まぶたはマスカラだけで軽めに仕上げて。華やかなまつ毛にマッチする“特別感”が上まぶたに欲しいので、ラメシャドーも足しましょう。まばたきした時にきれいですよ

こんなシーンに
- 華やかなクリスマスパーティー
- 結婚式などのお招ばれメイクに

After　　Before

マスカラ塗りすぎ＆フィットしてない！
つけまつ毛がズレてるなんて、悲劇です！　マスカラの塗りすぎも厳禁。まつ毛がゴワゴワになって迫力が出すぎちゃう

使ったのはコレ！

❶名前のとおり、スフレのようなフワフワシャドー。細かいラメがキレイ。オーラフィールシャドースフレ　BR01（限定品）¥2520／アユーラ　❷ダマをつくらずきれいにセパレート。ラッシュ　アーティスト　ウォータープルーフ（ブラック）¥2940／マックス　ファクター　❸つけるだけで根元は濃く、毛先は繊細な理想のまつ毛に。ユキオさんもお気に入り！　マギーメイ　アイラッシュ03¥1050／コージー本舗

1 キラキラシャドーをオン
ブラウンのアイシャドーでグラデをつくり、アイラインを引いたら、アイホールから眉下全体に❶を重ねる。ブラウンもしくはラメのみがつくタイプが最適

2 つけまつ毛の幅を確かめる
つけまつ毛をつける前に、いったんまつ毛の上にのせて目の幅と合っているかどうかをチェック。これをせずにいきなりつけると、つけまつ毛がズレる原因に

奥二重なら…
まつ毛の際がまぶたで隠れて濃くなるので、ボリュームタイプだと重い印象に。ナチュラルなロングタイプを！

3 目の幅に合わせてカットする
しっかり幅を確かめたら目の幅からはみ出す部分をカットする。かならずつけ根のほうから切ること！　サイズがぴったりであればもちろんカットしなくてOK

4 いったん手の甲に接着剤を出す
接着剤のつけ方にもポイントあり！　直接つけまつ毛の根元につけるのではなく、まず手の甲に出して少し乾かしてから。まぶたにつける時ヨレにくくなる

5 Uピンで根元に接着剤を
Uピンの先に接着剤をちょんちょんと取り、つけまつ毛の根元からはみ出さないようにムラなくのばす。このUピンは、次のプロセスでも大活躍！

6 目の際につけて固定させる
上まぶたの際に、つけまつ毛の根元を合わせてつける。手で少し固定し、Uピンの背で軽く押しつける。これならピンポイントで押せるので、ズレる心配なし

一重なら…
目尻のみのつけまつ毛をチョイス。目の形ではなく、アイラインに合わせてまつ毛1～2本分外側にずらしてつけて

7 マスカラを軽く重ねて一体化
つけまつ毛がしっかりフィックスしたら、自分のまつ毛となじませるためにマスカラを塗って、軽くとかすようにつけるのが重要。重ねすぎるとケバくなります！

おすすめアイテム

❶上品な長さが。キスミー　ヒロインメイク　インパクトアイラッシュ01¥630／伊勢半　❷目尻専用。流し目美人に！　キャンメイク　アイラッシュ12¥525／井田ラボラトリーズ　❸全体に自然なボリューム感が。アストレア　ヴィルゴ　アイラッシュ　ナチュラルタイプ④¥997／シャンティ

vimee.net

蝴蝶网
hudie.com

完成!

まばたきするたびに巻き起こる、盛りデカ目旋風!

誰もが認める、圧倒的な目チカ
アイラインを太く入れたように
まなざしにパワーが宿る。この
ぶり、体験したらやみつきに♡

ワンピース¥9996／アース ミ
ジック＆エコロジー スーパー
ミアム ストア 六本木 飾り
¥6090／プレスルーム（イー・
フルール） ネックレス¥17
エルチャンス渋谷109パート2店

完成! 奥二重

愛くるしい魅力あふれるバンビ目に

使ったのはコレ!

扇形に広がるまつ毛のラインがつり目を丸く修正。かわいらしい雰囲気が生まれ、好感度大のデカ目が完成!
❶ルナソル シャイニングウォーターアイズ EX04（2010年1／15～限定発売）¥2625／カネボウ化粧品 ❷ロージーローザ つけまつ毛 ロング①¥336／ロージーローザ

ワンピース¥18900／ルージュ ディアマン マフラー¥2415・ネックレス¥2310／ビーアンエンジェル

慧美网
vimee.net

After Before

使ったのはコレ!

すっと流れるように
目尻のつけまつ毛で、
ら見てもデカ目キー
❶ジェリーアイカラー
02¥2310／ジルス
ート ビューティ ❷
ンメイク アイラッ
¥525／井田ラボラトリ

ブラウス¥11550／メ
ズ 髪につけたブロー
2310／トーキョー
ブ（サークル ハイ
ネックレス¥1785／
ャンス渋谷109パート

After Before

みんなが挑戦!

盛りアイメイクで変身!

ユキオさんの"盛り"テクを早速実践!
その劇的変化をごらんあれ。

中盛り

モード感もアップ! クール なネイビーライン

●モデル／木村まみさん（「YGA」第３期生） パールつきニット¥3990／アースミュージック＆エコロジー新宿

メイクのポイント

もともと目がぱっちり＆まつ毛が長いので、マスカラはやや控えめにしてアイラインを際立たせる。甘くなりすぎないようにネイビーラインを下まぶたに入れて、カッコいい瞳に

使ったのはコレ!

❶ペナルティメイト アイライナー（ラピッドブラック）¥2940／M・A・C ❷マジョリカ マジョルカ パーフェクトオートマティックライナー BL603¥1260（価格は編集部調べ）／資生堂 ❸ウルトラボリューム コラーゲン01¥1680／ロレアル パリ ❹ファシオ グロッシーレイヤードアイズ BR-2¥1575／コーセーコスメニエンス

小盛り

下まぶたに生まれた影が目もとに奥行きを与える

●モデル／酒匂彩名さん（学生） ニット¥12600／ティアラ ネックレス¥25200／プレスルーム（イー・エム）

メイクのポイント

目を縁取るように、上下に細くブラウンを入れて。目尻２分の１にはアイラインを入れ、たれ目っぽく。少し寂しげだった目もとに自然な陰影ができて、印象が強くなった！

使ったのはコレ!

❶オンブル アプソリュ パレット ルメッセンス F40¥6930／ランコム ❷ル・デュウ ウォーターブルーフ15¥5145／ゲラン ❸アイステュディオ ペンシルアイライナー S16（12／5発売）¥840／メイベリン ニューヨーク ❹ズーム ファスト ブラック ラッシュ¥2100／M・A・C

大盛り

大胆にまつ毛を盛って

メイクのポイント

一重寄りの奥二重なので、つけまつ毛は目尻にボリュームがくるタイプをチョイス。目の横幅が広くなり、その違いは一目瞭然！ 上まぶたに塗るブラウンシャドーはやや広めに

使ったのはコレ!

❶ルナソル シャイニングウォーターアイズ EX03（2010年１／15～限定発売）¥2625／カネボウ化粧品 ❷ヴィセ グラムハントアイズ G-6（限定品）¥1890／コーセー ❸アストレア ヴィルゴ アイラッシュ ナチュラルタイプ⑤¥997／シャンティ

蝴蝶 hudie.com
慧美网 vimee.net

I ♥ SALE

FLAG SHOP
集英社

http://swfs.jp/sale/

12月4日(金) 17:00よりスタート!!

参加予定ブランド（12月4日より順次OPEN）

ALBA ROSA
AMERICAN RAG CIE
amyris
BABYLONE
charlotte ronson
coen
D'issy
DazzliN'
DEAR FLURA
Dgrace
Dignite collier
Dip Drops
d'un a dix
E Hyphen World gallery
earth music & ecology
gaminerie
gelato pique
JELLY BEANS
JILL by JILLSTUART
Joias
Jolly Boutique
Kiwa Sylphy
KLEIN PLUS
LITIRA
miel
mimi&roger
MINX
mysty woman
NOLLEY'S
one after another NICE CLAUP
Ouvrage Classe
PAGEBOY
POU DOU DOU
pour la frime
Rope Picnic
ROSE BUD
russet
SAC
satine
snidel
titty&Co.
UGG(R)AUSTRALIA
Unaca
Vert Dense
VIS
VIVAYOU
W&M

and more …

FLAG SHOP 集英社 は PINKY non-no MORE BAILA SPUR MAQUIA eclat MEN'S NON-NO UOMO 公式通販サイトです

※参加ブランド、割引率は変動する場合がございますので予めご了承下さい。

vimee.net
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

繊細まつ毛&切れ長ラインで
セレブのまなざし

漆黒のリキッドアイライナーとセパレート&カールマスカラの組み合わせは、ちょっとリッチな雰囲気セレブ風のまなざしを演出。ポイントは目尻を長めに引いた切れ長アイライン。繊細まつ毛にすっとのびた漆黒ラインがクールに映えて、思わず引き込まれそう。

(右)極細の筆ペンタイプだから、アイラインの太さも自在に決まる。ダソダ エスジェイ リアル リキッド ライナー¥1260・(左)ユズエキスなど天然由来の保湿成分配合。ダマにならずくるんとカールした上品で繊細なセパレートまつ毛に。ダソダ エスジェイ セパレート&カール マスカラ¥1575/コスメテック・アイ

プルオーバー¥15540/サロン デュ ラ トリニーテ ピアス¥5250/エルゴット(クレデュ クレ) ファーマフラー¥19950/ハリス(UTア グレメント)

リッチ感漂うクールな
まなざしはまさにセレブ!

をふせた時のアイラ
ン効果と繊細まつ毛
陰影が目もとを品よ
縁取って、大人なら
はのアイメイク!

世界のセレブから愛される**DASODA**のアイコスメ

慧美网
vimee.net

魅惑のまなざし——
やさしく・強く・美しく

瞳にやさしく印象強く美しさは自在!
世界のセレブを虜にしたマスカラ&
ライナーがくれる無敵のまなざしです!

取材・文/山崎敦子
撮影/鈴木祐行(モデル)
ヘア&メイク/油川ヨウコ
モデル/大屋夏南
スタイリスト/井戸満美

蝴蝶网
hudie.com

ぱっちりと愛らしい
お人形みたいなまなざしに

ふさふさのボリュームまつ毛とくっきりラインが瞳をぐるっと囲んで、あどけなくラブリーなドールアイに

ボリュームまつ毛&囲みライン
ドールのまなざし

キュートなドールの
しを目ざすなら、ボ
ム&ロングマスカラ
リキッドアイライナ
ア。マスカラは上下
っぷり塗り重ねて
ューミーに。アイラ
まつ毛の際を埋める
丸く囲めば、上下に
り見開いた目もとが
(右)ウォータープ
タイプだからにじみ
のもポイント。ダソ
スジェイ リアル
ド ライナー¥1260
ビワ葉エキスなど配
きふさとボリューム
エクステみたいな
実現。ダソダ エス
ボリューム&ロン
スカラ¥1575／コス
ク・アイ

ボレロ¥12390／バ
カチューシャ¥504
ダ ファブリカ（ウ
トーキョー） ネ
ス¥8400／エルゴ
レデュ クレ）

v慧美网
vimeel.net

大人の女性の支持が高い高機タイプも

美意識の高い大人の女性のために、'08年に誕生したアイライナーとマスカラも。より繊細で品のいい仕上がりが評判に。（右）DASODA インテンシブマジックアイライナー¥2730・（左）DASODA インテンシブマジックマスカラ¥2730／コスメデック・アイ

このパッケージをチェック!

ドラッグストアやバラエティショップなどで気軽に買えるのも魅力!

高い技術と天然原料にこだわったDASODAのアイライナーやマスカラは、パリコレのバックステージでも大活躍。トップアーティストやモデルたちにも大注目を浴びた逸品です。そのDASODAから、より使いやすく、リーズナブルなアイテムが新登場。タール系色素を排除して安全性の高い顔料を採用したアイライナーと、保湿成分を豊富に配合した2タイプのマスカラです！ どちらも、目もとにやさしい処方に加え、濃密な漆黒色で瞳を美しく際立たせるから、まなざしの強さは無限大！ くっきりアイライナーに、セパレート&カールかボリューム&ロング、2種類のマスカラをそれぞれ組み合わせれば、なりたいまなざし、自由自在です！

 ●問い合わせ先／コスメデック・アイ ☎03・5823・2330 http://www.dasoda.jp/

蝴蝶网
hudie.com

How to

の冬は濃いパープルやネイビー
ちょっと深めの色を取り入れ
がトレンド。❶ベースにaのホ
トを2度塗りする。❷先端にb
ープルでフレンチをつくる。ラ
ベをやや深めにすると大人っぽ
る。❸フレンチラインの境目に、
のクリアストーンやパール、ゴ
ド&シルバーブリオンを飾る

ソフトなピンクに発色する白。
ッシー　ネイルカラー02￥2730
ランス　bデザイナーのアレ
ンダー・ワンとコラボした限定
ー。やや青みがかった大人パー
　マキアージュ　グロッシーネ
カラー　V613（限定品）￥945(価
編集部調べ）／資生堂　cクリ
ゴールドのストーン、パール、
ルド&シルバーのブリオン／ネ
スト私物

ー￥25200／オンワード
（銀座）　カットソー
90／バルコニー代官山
レック　ファースト）
キーリング￥19950／
ミス

かじかんだ指先を彩る
洗練ジュエルフレンチ

華やかなのに
品がある大人プリンセス

らくらく3stepで、指先“大人スイート”

聖夜にきらめく♥
真冬のプリンセスネイル

vimee.net

満天の星空、降り積もる雪のきらめき……。12月は、冬らしさをぎゅっと詰め込んだ、
クール&スイートなネイルがいちばん!　プリンセス級のかわいさで、誰もがヒロインに♡

構成・文／山下弓子　撮影／寺田茉布（モデル）　金子吉輝（製品）　内田哲朗（製品）　内田優子（取材）　ネイルデザイン／tricia（P206～207、209）
茅野真弓（ピンクフラミンゴ・シスター／P208、210）　ヘア&メイク／AYA（ラ・ドンナ）　モデル／アカサ　遠藤新乃　スタイリスト／由里本舞

掲載製品の問い合わせ先リストは　P268

蝴蝶网
hudie.com

⊕ワンピース¥32000／キキ ブティック（ジュイス） ネックレス¥6090／ルーニィ ピアス（フープ）¥18900・（チャーム）¥7350／ノジェス

指先をほんのり雪化粧

淡雪グラデ

淡いピンクや白をベースにグラデをつくって。粉雪みたいに、イノセントなかわいさが!

A

⊕❶パーリーなaでベースをつやっと白に。❷先端に、発色のよいbの白のピンクをちょんちょんとランダムにのせ、先の細い筆などで色を混ぜるようにのばしマーブルに。❸乾いたら、dのゴールドをアクセントに入れ、ストーンと極小ブリオンをネイルのサイドにお

⊕a繊細なブルーパールがさりげなく、つやホワイト。ラ ラック No…¥3150／イヴ・サンローラン・ボーテ…くっきり発色の白。ケイト ネイルカラーS WT-5¥420／カネボウ化粧品…ュートなピンク。ディオール ヴェルニ473¥3150／パルファン・クリスチャン・ディオール d極小のラメが輝く華やかなゴールド。マキアージュ グロッシーネールカラー22¥945(価格は編集部調べ)／資生堂 eピンク＆クリアのストーン・ゴールドの極小ブリオン／ネイリスト私物

B

⊕❶aを2度塗りし、ベースをごく淡いピンク色に塗る。❷bのサーモンピンクをまず爪半分に塗り、乾いてからさらに先端3分の1に重ねる。これでキレイなグラデーションが完成。❸トップコートなどを塗ってからすぐに、cの極小のラメ粉をたっぷり上からまぶして完成

⊕aほんのり色づくシマーピンク。つるんとした仕上がりのつや感がキレイ! グロッシー ネイルカラー04¥2730／クラランス bやさしい色合いのサーモンピンク。見たままの色が美しく発色。ネールカラーN PK4 ¥840／エテュセ c輝き感の高いものを選ぶと砂糖菓子みたいな仕上がりに。見る角度によりラメが7色に輝く、白ラメパウダー／ネイリスト私物

C

⊕❶aをベースに2度塗り。❷bを斜めに塗る。親指、中指、薬指は先端に塗り、爪先だけさらに重ねて。人さし指と小指は根元に。❸グラデの境目にcのラメを重ねる。❹dのクリアホログラムを③のラメの上にランダムにのせる。親指、人さし指、薬指にのみ星形スパンコールを

⊕aとびきりキュート! やや青みがかった透明感の高いピンク。ネイルカラーN 107¥2310／RMK Division bフレンチネイル専用のホワイト。くっきりとして清潔感のある白さで、つやのある仕上がり。フレンチ ホワイト ネイル¥2730／クラランス c極小ラメが7色に輝くクリアタイプ。繊細な輝き感。ネイルカラー N 002¥1680／アナ スイ コスメティックス d星形スパンコール・中の抜けた星形スパンコール・ピンクに偏光して輝く、クリアタイプの大小ホログラム／ネイリスト私物

D

⊕❶クリアなベージュのaを1度塗り。ニュアンスある透明感を。❷爪先3分の1にbのブルーを塗る。その上にcのブルー&パープルホログラムを。何もついていない筆でホログラムを取り、ぽんぽんと爪におくようにしてつける。爪先はぎっしりと、中央に行くにつれ薄くなるグラデーションに。❸仕上げに人さし指と薬指にのみパールをライン状にのせる

⊕a微細なラメが輝くクリアベージュ。まるでダイヤモンドのような、透明感ある上品なキラメキ。ネイル カラー01¥2415／ソニア リキエル b大粒のラメがしずくのように光る、シフォンのように透明感の高いブルー。花ごよみ BL900 ¥315／コーセーコスメニエンス cブルーからパープルバリエのホログラム・d大中小の白いパール／ネイリスト私物

E

⊕❶aを爪先から4分の3、2分の1、3分の1と塗り重ね、爪先に向け濃くなるキレイなグラデに。❷爪先3分の1にbを重ね、乾いたら爪先5分の1にcのシルバーを重ねる。ゴールドとシルバーの輝きを重ねることで、落ち着いたイメージをキープしつつ、ゴージャスなキラメキに。親指と薬指の爪の根元にストーンとブリオンを飾って完成

⊕aつるんとクリアな、ヌードベージュ。ディオール ヴェルニ315¥3150／パルファン・クリスチャン・ディオール b細かなラメがゴージャスな輝きを放つ淡いゴールド。スージー ネイルカラー ラスター46¥840／スージー ニューヨーク ディヴィジョン cシルバーのごく細かいラメが、ホログラフィックに輝く。ネールカラーN SV2¥840／エテュセ dクリアブラウンの中小ラインストーン・ゴールド半ブリオン／ネイリスト私物

F

⊕❶aのベビーピンクを2度塗りし、ベースをぷるんとした質感に。❷爪の根元からbの中サイズのホログラムを規則的に縦に並べていく。長いラインと短いラインをつくると自然に仕上がる。❸小さいホログラムをバランスを見ながら並べ、根元に向けて濃くなるグラデに

⊕a肌なじみのよいベビーピンク。指先を細く、長く見せる効果の高い色。透明感が高く、つやでぷるんとした質感に仕上がる。エスト ネイルカラー03¥2100／花王 bピンクの濃淡に偏光する大・小のホログラム／ネイリスト私物

ちょっぴりクールな表情

銀氷フレンチ

冷たい氷みたいにクリアな輝きが
フレンチを大人っぽく見せる。
冬らしい洗練ネイルを楽しんで!

A ハーフフレンチに
タッズでスパイスを

B おしゃれ度最高!
逆ハーフムーン

C 斜めフレンチに
ストーンを添えて

❶ブラウス¥27000/キキ ブティック(キキ) バレッタ¥3465/エルゴット(クレデュ クレ) ピアス¥15750・リング¥21000/ノジェス

D ゴールドライン×
星で大人かわいく

E ピンクフレンチに
雪の結晶が舞う

F 指先からいい女♡
ノトーンフレンチ

A

❶a の淡いピンクを、透明感を生かすため1度塗りする。❷親指、中指、小指は爪の上半分に、人さし指と薬指は爪の下半分に、b のプラチナゴールドを塗る。ハーフフレンチと逆ハーフフレンチが交互に並ぶよう塗れば、それだけで一気におしゃれ度アップ。❸親指と薬指に、スタッズを花の形に並べ、それ以外の指は爪のサイドに小スタッズを2つ縦に並べて

a オフィスに最適な、ほんのりとした上品ピンク。ミュゼル ネイルカラー PI01¥1890/ポーラ b 明るいプラチナゴールド。シャンパンのように華やかだけど、落ち着いた印象の繊細な輝き。ネイルラッカーN 20¥1575/ジルスチュアート ビューティ c 大小のゴールドスタッズ/ネイリスト私物

B

❶a のホワイトを2度塗り。❷爪の根元の半月部分を b のゴールドラインで縁取り、ラインを上へ伸ばすようにしてゴールドラメを薄く塗り広げる。乾いたら、同じように根元の半月部分を残して c のホワイトパールを重ねる。❸薬指にのみシルバーホログラムをおく

a やさしくて清潔な印象のホワイト。つややかで指先になじむ質感。エスト ネイルカラー01¥2100/花王 b 筆先が細く、ラインを描くのに最適。大粒ラメゴールドが爪に素早く定着し、落ちにくい。マジョリカ マジョルカ アーティスティックネール GD892¥399/資生堂 c 華やかな光を放つ、白蝶貝のようなホワイトパール。乾きやすく、トップコートとしても最適。ビューティ マックス ネイル TP-1¥1050/マックス ファクター d シルバーの大小ホログラフィック/ネイリスト私物

C

❶右下から左上へ、斜めラインのフレンチを a のオレンジで塗る。❷①で塗った斜めフレンチの上に b のラメホワイトを重ねてニュアンスアップ。さらに、ゴールドのラメを斜めラインの上に重ねる。❸すべての指の右下の根元に、ラインストーンやゴールドのホログラムをおく

a "サンセットゴールド" という名のついた、夕焼けのようにやさしいオレンジ。パーリーな質感で塗りやすい。マイサロン310¥735/メイベリン ニューヨーク b キラキラとした極小ラメ入りホワイト。色の上に重ねると、フロストしたようなニュアンスを出せる。オーラフィールネール WT01¥1260/アユーラ c ラインを描きやすい細筆タイプ。ネイルアートライナー02(季節限定)¥1575/RMK Division d ゴールドの大小ホログラム・ゴールドのクリアストーン・ブラックストーン/ネイリスト私物

D

❶ベースに、a の薄ピンクを2度塗りし、つやっぽく仕上げる。❷爪の上半分に、b の濃いピンクを2度塗りする。❸上半分のピンク部分に、c の星形スパンコールをバランスを見ながらランダムに貼る。最後にゴールドのテープを爪の中央にまっすぐ貼り、ハーフフレンチのライン取りを

a 爪の黄ばみや凹凸をカバーし、発色を高めるベースコート。速乾 メイク スキンビューティ ベイスコート¥1575/イプサ b 多彩なきらめきの華やかなピンク。速乾性と[illegible]や欠け[illegible]が自[illegible] [illegible]リーク プレシャス ネイルカラー N [illegible]¥[illegible]45([illegible]) [illegible]/ボーテ ド [illegible] c シール状になったゴールドライン・星形ホログラム/ネイリスト私物

E

❶a を2度塗りし、クリアな中に輝きのあるベースに仕上げる。❷b のピンクベージュを先端に塗り、フレンチに仕上げる。❸2種類の雪の結晶シールを、親指と中指、小指はベース部分に、人さし指と薬指は先端部分に貼る。バランスを見ながら、いくつかのシールの中心にラインストーンをおく

a [illegible]つ澄んだホワイトの[illegible]をイメージした色。クリアな中に白く[illegible]ラメが。ルナソル ネイルフィニッシュ39¥1575/カネボウ化粧品 b やわらかなピンクベージュ。つるんとしてにごりのない発色で、[illegible]したフェ[illegible]カラー。ケイト ネイルカラーS [illegible]/カネボウ化粧品 c 雪の結晶のシール2[illegible]小さめのクリアラインストーン/ネイリスト私物

F

[illegible]ベースに a を。❷b のホワイトで、[illegible]イドが爪の根元まで届くくらい深め[illegible]って、フレンチにする。❸爪先に同[illegible]インでブラックを塗り、ダブルフレ[illegible]に。薬指だけあえて黒を塗らず、抜[illegible]を。中指と薬指にラインストーンや[illegible]オンで華やかなポイントをプラス

[illegible]シルバーラメが贅沢に配合された、[illegible]アタイプ。トップコートとしても活[illegible]る一品。エスト ネイルカラー2[illegible]¥[illegible]/花王 b アートに使いやすいくっ[illegible]発色。ムラにならず、塗りやすいの[illegible]秀。ネイルアート カラー N 070[illegible]80/アナ スイ コスメティックス[illegible]々と発色するブラック。ケイト ネ[illegible]カラーS BK-4¥420/カネボウ化[illegible] d 大粒のグレイラインストーン・[illegible]グラフィックに光る中粒ラインスト[illegible]・黒のラインストーン・小粒のゴー[illegible]プリオン/ネイリスト私物

hudie.com

満天の星空を指先に!

綺羅星ジュエル

キラキラと輝くラインストーンを
ポイントにあしらった、
存在感のあるデザインに夢中!

F

❶aを2度塗りしてから、bのブルーを根元の半月部分に塗る。ラインストーンをその上から重ねるので、ラインはキレイに取れていなくてもOK。❷ラインストーンを半月のライン上にのせていく。中央にはダイヤ形の大きめストーン、その両サイドにシルバーブリオンを。❸ラインストーンをライン上にすべてのせたら完成

aプラチナのように繊細な輝きが特徴の、大人っぽいローズ。ピュア カラー ネイル エナメル A7¥2625／エスティ ローダー　bまるでサファイアのように深みのあるネイビー。ヴェルニ461¥3045／シャネル　cダイヤ形クリアストーン・小粒ラインストーン・シルバーブリオン／ネイリスト私物

E

❶aのワインレッドを2度塗りする。❷中指&薬指に、ラインストーンを爪先から縦に並べる。まずはポイントとなるスクエアストーンの位置を決めると配置しやすい。❸爪先にシャンデリアのキラキラが下がっているようなイメージで。最後にゴールドの半ブリオンをあしらって完成

aクリスマスシーズン限定の商品。深みのあるワインレッドで、華美になりすぎず、シックに赤を楽しめる。ホリディ ウィッシュ HL A05 (限定品) ¥2100／オーピーアイジャパン　bクリアのスクエアストーン・ラインストーン大小・ゴールドブリオン／ネイリスト私物

D

❶薬指にのみcを2度塗りし、乾いたらdを塗りマットに。❷薬指の根元にラインストーンを。中心となる大きめサイズからつけて。❸ブリオンは最後に。親指と中指はaを2度塗り、人さし指と小指はbを2度塗りし、根元にラインストーンを。それぞれ乾いてからdを重ねて

aキュートなコケティッシュピンク。見たままの色が発色し、つや感も抜群。ネイル エナメル 26¥1680／ポール&ジョー ボーテ　bやさしい発色のソフトピンク。みずみずしいベースで塗りやすく、ムラなく均一に塗れる。ネイルラッカーN 04¥1575／ジルスチュアート ビューティ　c清潔感のあるシアーホワイト。ネールポリッシュ N 1746¥2100／NARS JAPAN　d仕上げに重ねるだけで、どんなネイルエナメルもマットな質感に。ヌバー マットフィニッシュ トップコート¥1575／ネイルラボ　eクリア・グレイのラインストーン大小・シルバー半ブリオン／ネイリスト私物

C

❶aのベージュを2度塗りし、bのゴールドラメを爪の中央にまっすぐ2度塗りする。❷ストーンを中央のゴールドの上にのせていく。まずはポイントとなる大きめサイズのストーンから。❸バランスを見ながら、ランダムにほかのストーンをのせる

a肌に溶け込むカラーで指を細く長く見せる効果のあるライトベージュ。ゴールドのキラメキが華やか。スキンビューティ ネイルエナメル S4¥1575／イプサ　b細かなゴールドラメがぎっしり。ひと塗りで大満足のラメ感。ネイルカラーN 026¥1575／ケサランパサラン　cベージュ・シルバー・ゴールドのラインストーン大小・ゴールド半ブリオン／ネイリスト私物

B

❶aのベージュとbのオレンジで指全体に大きめのドットを描く。ラフな円形でOK。❷上からcを2度塗りすれば、簡単なマーブルの完成。薬指は右下、親指は左上にストーンをおく。まずは大きめのパールとラインストーンから。❸スタッズやブリオンをあしらって完成

a色とりどりのパールがちりばめられたベージュ。オーラフィールネール BE04¥1260／アユーラ　bナチュラルでシアーなオレンジ。ほのかなパールがかわいい印象。ディオール ヴェルニ334¥3150／パルファン・クリスチャン・ディオール　c透明感の高いロマンティックなローズカラー。キラメキほのか。ヴェルニィ・ブリーズ！107¥2625／パルファム ジバンシイ　dグリーンのクリアラインストーン・ホワイトパール・ゴールドスタッズ・ゴールド半ブリオン・ゴールドサークル／ネイリスト私物

A

❶薬指以外のすべての爪にaを2度塗りする。❷中指にストーンをおく。爪の右サイドに、縦に2列、大小のストーンを並べ、バランスを見ながらゴールドのブリオンもおく。❸根元までつなげる。1本だけ色を変えた薬指は、まずcを塗ってからbを重ねて、赤に深みを出して

aトマトのように明るくて健康的な印象のレッド。つやのある仕上がりで、キズがつきにくい処方。ネールポリッシュ N 1752¥2100／NARS JAPAN　b赤に発光する細かなラメ入りレッド。ギラギラしすぎず、適度に華やかで落ち着いた印象に仕上がる。マキアージュ グロッシーネールカラー RD655¥945 (価格は編集部調べ)／資生堂　cかわいらしい印象のローズカラー。ブラシが開きやすく、ムラなく塗れる。マイサロン304¥735／メイベリン ニューヨーク　d赤、ピンクの大小ラインストーン・ゴールドの小粒スタッズ／ネイリスト私物

指先から幸運を呼び込む!

ハッピーモチーフ

大好きなハートやリボンはもちろん、
雪の結晶や夜空の星など、
今だけの冬モチーフも楽しんで!

A 寒空に舞う雪の結晶をとじ込めて

B お花×派手色は抜け感がポイント

C ダイヤを主役にした斜めストライプ

D 小さなリボンで女の子気分を満喫

E 薬指にハートのリングを忍ばせて

F 冬の夜空に瞬く星に願いをこめて……

つけているのはこれ!

❸ニット¥17850／バルコニー代官山店（フィリー・オー・リンクス） ブレスレット¥25200・リング¥15750／ノジェス

A

⬆❶根元の半月部分のカーブに合わせて、aで太めのラインを引いて。2度塗りするとより発色アップ。上ラインは後からベージュを重ねるので、ここでは下ラインのみキレイに描くことを意識。❷bを①のシルバーラインと少し重ねるように塗る。❸乾いたら、雪の結晶シールをベージュの部分にだけ貼って完成

B

⬆❶薬指のみ、bのオレンジで四角く囲む。爪に窓枠をつくるようなイメージで。❷花のシールを3つ、薬指に貼る。窓枠の内側のクリアな部分を少し残すのがポイント。❸花の周囲にdのホログラムをあしらう。ほかの指はすべてaで塗り、中指のみシールとホログラムをあしらう

C

⬆❶aで全体を2度塗りする。❷bで斜めのストライプを入れる。2~3本が目安。ラインを取るのが難しい場合は、市販の細筆でラインを取ってから中央部を塗り、2度目は直接ネイルエナメルの筆で塗るとキレイに。❸薬指の左サイドにダイヤ形スパンコールやラインストーンを

D

⬆❶aを爪全体に2度塗りする。❷bで水の流れのようにラウンドしたラインを1度塗りで薄く入れる。その上からcでラメをのせる。❸dでリボン形をつくる。シルバーの大粒ラインストーンをまずおき、その左右にシルバーブリオンを並べて、リボンのはね部分をつくる。人さし指と薬指につくるとかわいい!

E

⬆❶aで爪全体を2度塗りする。❷bで薬指以外のすべての指の爪先に、フレンチラインを塗る。❸cでハートのリングを薬指に描く。ハート形スパンコールをまずおき、その左右にポイントとなるゴールドの半ブリオンを。そこから円になるように、ゴールドスパンコールをのせていく

F

[illegible]aのネイビーを爪全体に2度塗[illegible]る。❷bのシルバーラメを、ラ[illegible]ムに細く斜めに入れる。太さや[illegible]にばらつきがあったほうが動き[illegible]ってキレイ。❸薬指だけbは太[illegible]。その上に、cの星や丸形のス[illegible]コールをちりばめて。まるで流[illegible]のようなキラメキが!

A: ⬆aパーリーなゴージャスホワイト。なめらかで発色がよくて、塗りやすい! ラ ラック No.31¥3150／イヴ・サンローラン・ボーテ b落ち着いた大人っぽい印象のベージュ。これ1色なら、オフィスにしていくネイルにぴったり。マキアージュ グロッシーネールカラーBE748¥945(価格は編集部調べ)／資生堂 c雪の結晶シール大小合わせて4種／ネイリスト私物

B: ⬆aつややかでパッキリと発色するビビッドなピンク。単色使いはもちろん、くっきりと発色するのでネイルアートにも最適。ネイル エナメル15¥1680／ポール&ジョー ボーテ b元気いっぱいな印象の鮮やかなオレンジ。見たままの色がキレイに発色。塗りやすい。ネールカラーN OR2¥840／エテュセ c押し花風フラワーシール d小粒ホワイトクリアホログラム／ネイリスト私物

C: ⬆aホログラフィックに輝く青みピンク。透明感もあり、重ね具合で発色の加減が自在。ネイルカラーN 59¥2310／RMK Division b"ココナッツ"という名のつややかなピュアホワイト。清潔感のある指先に。ディオール ヴェルニ004¥3150／パルファン・クリスチャン・ディオール cダイヤ形スパンコール・シルバーラインストーン・グレイラインストーン・シルバーブリオン／ネイリスト私物

D: ⬆aほんのりとした淡いピンク。ピュアカラー ネイル エナメル C3¥2625／エスティ ローダー bフレンチネイルに最適なホワイト。コフレドール ジュウェライトネイルカラー WT-17¥945（価格は編集部調べ）／カネボウ化粧品 c大小ラメ入り。ベースは透明なので、キラメキだけをのせたい時にぴったり。ネイルカラーN 009¥1575／ケサランパサラン dシルバーラインストーン・シルバーブリオン／ネイリスト私物

E: ⬆aサテンのようになめらかで、[illegible]の高い光沢が自慢のホワイト。ヴェルニ459¥3045／シャネル b赤に輝く超極小ラメ入り。クリスマス[illegible]を盛り上げてくれるレッド。[illegible] H[illegible]12（[illegible]）[illegible]／[illegible]ジャパン c[illegible]ゴールドスパンコール・ハート形スパンコール・ゴールド半ブリオン／ネイリスト私物

F: 冬の夜空のように深いネイビー。[illegible]に光る超極小ラメ入りだから、[illegible]っとせず、奥行き感を感じさせ[illegible]ネイルラ[illegible]ーN 38¥1575／[illegible]スチュアー[illegible]ビューティ b[illegible]バーの[illegible]小ラメ[illegible]ラメを[illegible]。エスト[illegible]イルカラー[illegible]花王 c星[illegible]スパンコール[illegible]粒丸形スパンコール／ネイリスト私物

つやつや! もちがいい!

人気のジェルネイルを自分で!

おうちでジェルネイルができるって知ってた？ プロの指導のもと、セルフで仕上げるコツを伝授しま

ネイル&ビューティサロン

セルフスタイル

サロンの設備を使って自分でジェルネイルやエステができる。セルフジェルネイル¥2100、フット¥2100な ◆東京都世田谷区北沢2の30の8 セント下北沢2F ☎03・5452・761 11～PM8 ■www.self-s.com

コツを覚えれば意外と簡単!

つやつやのキレイな仕上がりが長もちし、デザイン豊富に楽しめるうえ、地爪でいるより丈夫! と人のジェルネイル。最近はバラエティショップなどでジェルネイルのキットやUVライトが手に入るので自分でする人が増加中！ そこで今回は、ネイリストの指導のもと、セルフでジェルネイルを楽しめるサロンを取材。上手に仕上げるコツを教わってきました

『セルフスタイル』スタッフでネイリストの雨宮弓子さん。サロンではプラス1050円でサポートしてもらえます

How to

1・爪の長さを整えたり甘皮を処理するなど通常のケアを。甘皮ケアは長もちのポイント

2・爪の表面にバッファーで浅く傷をつける。こうすることでジェルの定着がよくなる

3・2までのケアで出た粉やゴミを、エタノールを含ませたコットンでキレイにふく

4・爪にクリアジェルをのせる。UVライトを当てなければ固まらないので、やり直しOK！

5・UVライトを当て、クリアジェルを固める。4と5をもう一度繰り返し、ベースが完成

6・カラージェルをよく混ぜてから爪に塗り、UVライトを当てる。これも2回繰り返す

7・爪先にクリアジェルを薄く塗り、筆にラメ粉を取り爪先にのせ、UVライトを当てる

8・ラメ部分を厚めにしながらクリアジェルを全体に重ね、UVライトを当てて固める

9・最後にエタノールをしみ込ませたコットンで爪表面をふけば、ツヤツヤの仕上がりに！

必要なのはこれだけ!

ジェルネイルキット

クリアと色つきのジェル2種、筆、やすり、スパンコール、オフする溶剤など、UVライト以外のジェルネイルに必要なものが一式揃ったキット。『セルフスタイル』ほか、バラエティショップなどで発売中。ソークオフジェルキット¥7875／ムラキ

UVライト

家庭用のUVライトサロンなどで使われているものに比べワット数が低いので、当てる時間は2分ほど長めだが、仕上がりに差はなし。コンパクト9ワットUVライト・パールホワイト¥5040／ムラキ

お悩み解決Q&A もっと上手にセルフジェルネイルを楽しみたい!

オフのしかた、ケア方法など、これを知っておくとジェルネイルの完成度がアップ!

Q UVライトで日焼けしませんか?

A 大丈夫! 日焼けの心配はありません

「サロンでもよくこの質問をいただくのですが、ジェルネイルをする際のUVライトでは日焼けはしません。太陽の光線とは種類が違うので、手だけ日焼けすることはないんです。もし日焼けするなら、何年もジェルネイルをしている私の手は真っ黒なはず（笑）」

Q うまくオフできません……

A やすりで表面を削る&時間をかけるのが大事

「ジェルが爪から浮く前に無理やり削り取ってしまうと、地爪を傷つける原因に。オフ剤をつける前にジェルの表面をやすりでしっかり削ること、オフ液をつけておく時間をしっかり取ること、この2つがポイントです」

オフ剤をつけたコットンを爪に貼り、アルミホイルでくるむ。はがれていなかったらこれを繰り返して

Q すぐにはがれてしまいます……

A 爪の先端&側面の処理次第ではがれにくく!

「ジェルを爪先端の断面にも必ず塗ること。爪からはみ出たジェルをキレイにオフするのも大事です」

爪側面の皮膚や溝にジェルがついたまま固めてしまうと、爪が伸びた時にジェルと爪の間にすき間ができ、そこからははがれやすくなる。固める前に必ずオフ！

クリア、カラーどちらのジェルを塗る時にも、爪先端の断面を塗り忘れないように。先端までジェルでしっかりコートされていれば、はがれにくくなる！

Q アレンジに+αするなら?

A シールなど「ポイント」に使えるものがおすすめ!

「右の製品はサロンでも販売しているものですが、通常販売しているスパンコールやシールなどもジェルネイルに使えます。簡単に華やかなアレンジが楽しめるし、ジェルなら取れにくいので一石二鳥です！」

輝きのキレイなスワロフスキーも、ジェルネイルなら本来の輝きを損なうことなくつけることができる。スワロフスキー SS12ローズ24P¥420／セルフスタイル

ぷっくりとしたふくらみがかわいい、インスタントシール。手描きでは難しいアートもシールなら手軽。3Dネイルアートパーツ 3DP-16¥399／ビー・エヌ

7色に輝くシルバーホロ。爪先にあしらえばワンランク上のデザインに。エリコネイル ジュエリーコレクション E-145ヘキサゴンシルバー¥399／ムラキ

hudie.com
vinete.net

リキッドでつくる しっとり“レディ肌”

たっぷりうるおいを感じるツヤ感で、女らしさ満点！

C Q10
スチュアケア
ッド
ンデーション

DHC Q10
モイスチュアケア
フェースパウダー

(左) 美容液成分をなんと73%※も配合した、濃密なうるおいを感じるリキッドファンデーション。こっくりとしたテクスチャーが肌に溶け込むようにのび、ベールをかけたような美しい肌に。シミやソバカス、ほおのたるみも自然にカバー。一日中しっとり肌をキープ！ SPF 25・PA++ (全3色) 各40g ¥2200・(右) 微粒子パール配合で、小ジワや毛穴などの肌悩みをふんわりカバーしながら透明感を引き出すパウダー。リキッドファンデーションの上に重ねて、極上肌の仕上げを。(全2色)各14g ¥1785 (ともにメーカー希望価格)／DHC
※精製水を含む

みずみずしくしなやかな蜜肌で、おすまし顔に♡

ンとなじませ、
度アップ

体に塗ったあと、
ついていないパフ
くならして。肌と
ンデーション がー
し、自然なツヤ感
(レイナさん)

ウス¥4946／ライフ ドルチェ ラボ ブラン
銀座 ネックレス¥8925／エルゴット(クレデ
クレ) リング¥39900／プレスルーム(リトル
ンブレム)

ベースメーク、誕生！

&しっとり“レディ肌”

小番長もイチ押しの「DHC Q10濃密うるおいベースメークシリーズ」で、この冬は“美人”&“キュート”2つの肌を楽しもう！

まるで美容液みたい！濃密なうるおいハリ肌を

この冬、小番長アツが美肌…のは「DHC Q10濃密うるおいベースメークシリーズ」！ 国内…限濃度のコエンザイムQ10や…ーヒアルロン酸、エラスチンなどの美容液成分をシリーズ全品に贅沢に配合。メークしながらスキンケアをしているようなうるおい感で…るんです。さらに独自の成分配…小ジワなども効果的にカムフラージ…

教えてくれたのはこの人！
レイナさん
カジュアルから上品な大人まで、肌の印象を自由自在に操る、ベースメークの魔術師！

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

やわらかい肌感で魅せる
カジュアルなかわいさ

パウダリーでつくる
ふんわり
“赤ちゃん肌”
ハーフマットに仕上げた、
軽やかなさらすべ感が魅力。

DHC Q10
モイスチュアケ
パウダリー
ファンデーショ
✪やわらかなパウ
が肌に密着。粉っ
はゼロで、毛穴な
凸をなめらかに補
化粧くずれしにく
つけたての仕上が
続くのもポイント。
23・PA++（全3
専用コンパクト、
スポンジつき）各
¥2570・（リフィ
（専用スポンジつ
¥1670（ともにメ
ー希望価格）／DH

つけ方のコツ

くずれやすい部分をフィックス
「赤ちゃん肌に『テカリ』は厳禁！　全顔を塗ったら、小鼻やTゾーンなどくずれやすい部分を押さえて密着させて」（レイナさん）

ニット¥13650／ルージュ　ディアマン　ピアス
00／プレスルーム（イー・エム）　ネックレ
7140／ルーニィ（リリアン　ルイール）

小番長アツがナビ!

「DHC」の極上うるおい

どっちがタイプ？
ふんわり“赤ちゃん肌”

撮影／鈴木希代子T.（モデル）　那由太（製品）　ヘア＆メイク／レイナ　モデル／佐谷愛実　スタイリスト／　本　イラスト／カツヤマケイコ

商品のお求めは、全国のコンビニエンスストア、スーパーで（一部店舗を除く。店舗により取扱商品が異なる場合があります）。

●商品問い合わせ先
DHC美容相談室
0120・330124
（AM9～PM8　日曜、祝日を除く）

お得なキャンペーン情報をチェック!

http://www.dhc.co.jp
（PCサイト）
http://www.dhc.jp
（携帯サイト）

yinee.net

ほかにもこんな名品が!

プレスドパウダー

✪余分な皮脂を抑え、さらさら肌に。グラデーションタイプなら立体感もアップ。DHC Q10モイスチュアケア　プレストパウダー（全2色・専用コンパクト、専用パフつき）各11g¥2660（メーカー希望価格）／DHC

クリーミィファンデーション

✪なめらか。DHC Q10モイスチュアケア　クリーミィコンパクトファンデーション　SPF17・PA++（全3色・専用コンパクト、専用スポンジつき）各11g¥2870・（リフィル）（専用スポンジつき）¥1970（ともにメーカー希望価格）／DHC

下地

✪くすみなどをきれいにカバーしながらファンデーションの密着を高める下地。DHC Q10モイスチュアケア　カラーベース　SPF22・PA++（全3色）各30g¥1470（メーカー希望価格）／DHC

ここがスゴイ!

リフトアップフィルム
強い吸着力を持ったフィルムが、毛穴や　などの凹凸部分に密着し、へこんだ部分　っと持ち上げる。ピンとハリ感が生まれ　っくら若々しい肌を演出してくれるんで

ライトアップパウダー
赤・緑・青3色の光を混ぜ合わせると透明になる、という原理を応用したテクノロジー。気になる色ムラやくすみを効果的に払い、透明感がアップ。肌がいきいきと見える！

蝴蝶网
hudie.com

SPUR発、ファッションマニアに捧げる新サイト。

SPUR.JP

http://spur.jp

contents

ティアラ・
フェスティバル」、
開催中!

UR.JP専属モデルの名前が決定!
人気ジュエラーの
アラでコーディネートが
める、記念イベントを開催中!

慧美网
vimee.net

2.
「スタイリングルーム」で
ヴァーチャル・スタイリングを
楽しんで!

おしゃれ魂を刺激するパワーアイテムの宝庫。
服も髪型も自由にコーディネート!

3.
日々更新!
おしゃれ通たちの
ブログ&コラムをチェック。

ファッション、ビューティ、アートやグルメ―
気になる情報が満載!

4.
ヨガムービー、
「gift of Yoga」
連載中!

ヨガインストラクター・
浜田里佳さんが
ヨガの魅力をお届け!

5. 締め切り迫る!
SPUR.JP会員限定、
モードなプレゼント
キャンペーン実施中!

モナコ&パリ4泊6日
旅行やスパ体験賞。
応募締め切りまで
あとわずか。急いで!

特典いっぱいの会員限定コンテンツも盛りだくさん! 豪華プレゼントが当たるキャンペーンも実施中。

今すぐ会員登録を! シュプール で 検索

蝴蝶网 hudie.com

ヘア＆メイク 山本浩未 × MOREモデル 篠田麻里子

あの手この手で 3倍デカ目project!

デカ目の魔術師・浩未さんが、今年一年で麻里子の目ヂカラを激変。超絶テクを乞うご期待!

撮影／内山功史　ヘア＆メイク／山本浩未　モデル／篠田麻里子（モアモデル）　スタイリスト／福永いずみ

ぱっちり花咲きまつ毛で目もとをドレスアップ!

ワンピース（キャミソールつき）¥24150／カチューシャ¥3675／ジネス　ルミネ立川店

慧美网 vimee.net

今月のMISSION

今月は……

マスカラでデカ目!

マスカラ下地を投入してまつ毛を"太らせる"べし!

「マスカラだけだと3倍デカ目は困難。ならばボリュームタイプの下地をプラスして、太さの「仕込み」を！放射状に塗って、目のフレームを広げるのも重要。まつ毛の密集感が劇的に変わってインパクトが！」

使ったアイテムはコレ!

❶どんなまつ毛も太く長くする下地。ボリュームラッシュ フィクサー¥315… エレガンス　❷… にならず自然なボリュームが出るマスカラ。ファシオ ラッシュ… ルームクリエー… BK001¥1575／コーセーコスメニエ…

How to

1

❻下地を上のまつ毛にたっぷりオン。目を囲むように放射状にまつ毛を広げる。ブラシは根元にしっかり当てて

2

❻目の縦幅を長くするため、下まつ毛も放射状に広げるように。始めはブラシを立て、次に横にあてるとたっぷりつく

3

❻ボリュームタイプのマスカラをオン。下地と同じようにまつ毛を放射状に広げて。上、横、…あらゆる方向に！

浩未さん太鼓判!

おすすめカタログ

❶カール力も最高。マスカラ　ベース¥2625／アナ スイ　コスメティックス　❷SHISEIDO　パーフェクト マスカラ BK901¥3990／資生堂インターナショナル　❸下地＆マスカラが1本に。ボリューム　ショッキング　ウォータープルーフ¥1995／ロレアル　パリ

冬のおしゃれはアウターが決め手!

美シルエットコートで誰よりも旬な装いにチェンジ

「Re*」からコーデを格上げしてくれる2つの新作コートが到着。ファーのオン・オフで雰囲気が変わる!
冬の着こなしを左右するアウターだからこそ、最愛の一着を見つけて、コートが主役のおしゃれを楽しんで。

撮影/長沼GaKU　スタイリスト/田中ゆかり　構成・文/Digital Lights

クラシカルなデザインが上品な華やかさをプラス!

フリルスカートやブーツと合わせれば、たちまちフェミニンな雰囲気に。デニムやシャツのカジュアルアイテムと合わせて甘辛くコーディネートするのもおすすめ。¥13650/トリニティアーツ(Re*)

ティペット[illegible]クラシ[illegible]もゴージャス[illegible]られ[illegible]ウータイプ。コー[illegible]、ベルトでウエストマー[illegible]すればおしゃれ度もぐんとアップ!● ¥18900/トリニティアーツ(Re*)

合わせ先/
ティアーツ☎03-6202-0503
://www.re-net.jp/

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

新連載 オンナ磨きに㊙の"お宝"アイテム、教えます

美のカリスマ・IKKOの
ビューティ極め道12か月

オンナ磨きの達人がついに連載をスタート!
MOREのためだけに、毎号お題を変えて㊮アイテムを紹介!

肌はオンナの人生そのもの。
だから私は、いつでも惜しみなく、
極上のケアを続けたい――

1月 未来の極上美肌を約束する アンチエイジングコスメ

「もしかしたら、MORE読者の皆さんにとってはアンチエイジングって、まだピンとこないかもしれませんね。でも、昔の肌とは何か違う……、ちょっとした変化を感じてる人も多いんじゃないかしら。その時こそ、エイジングケアの始めドキなの！ 年を重ねるごとに皮ふの再生機能は衰えていく一方なんだから、放っておけばシミやソバカス、シワは増える一方。だったら早めに始めて、老化のサインが出るのを遅らせたほうがいいでしょう。肌は誰のものでもなく自分のものなのよ。愛情を持ってお手入れしなきゃダメダメ～！ それに、死ぬまでずっとつきあっていくわけだから美しいほうがいいでしょ？ ただし、ポイントがあります。ひとつは、ただやみくもに化粧品を使っても意味がない、ということ。シワなのか、シミなのか、どこをケアしたいのかを明確にし、それにぴったりのアイテムを見極めて使わないと効果は半減よ。そしてもうひとつが、コスメの力に頼りすぎないということ。私は、今回紹介する2品でとっておきのケアをしつつ、毎日ウォーキングや適度な睡眠をとることも大事にしています。その相乗効果があってこそ、真の美肌が手に入ると思っています。私の目標はね、きちんと手を抜かずにエイジングケアをし続けて、60歳になってみんなにバケモノって呼ばれることなのよ♡」

2 使えば即実感できる効果にホレた！ 肌の密度がぎゅっと満ちる

スプレミヤ／
シスレー・ジャパン

「今年発売された美容液なんだけど、これ最高！ もともと「シスレー」のスキンケアは好きなのですが、特にこれは素晴らしいの。もう、手放せない～。バッグに入れて常に持ち歩き、夜は保湿したあと、顔だけじゃなく首までたっぷりつけて寝てます。翌朝の肌はもっちもち！ 朝はメイクの下地として。ファンデーションがしっとりして、のりがよくなるの。遺伝子に働きかけてくれるから、肌が根本からいきいきと甦るのがわかります。高価ではありますが、投資する価値あり。私が自信を持って保証するわよ～」。49g ¥78750

1 深刻なお疲れ肌を甦らせる、奇跡のオイル！

タン マジュール ナイト オイル／
イヴ・サンローラン・ボーテ

「これは発売して以来、ずっと愛用しているオイル。幅広い効能があるといわれてる「霊芝」が配合されています。肌が疲れて疲れて、あ、ヤバいなと思ったらこれの出番！ 特に、目の下にくっきり刻まれたシワに効果あり。次の日には目立たなくなってふっくらしています。たっぷりつける必要はないのよ。オイルだからのびがいいので、あずき大くらいで十分。デイリーに使うというよりは、スペシャルケアとして使っています。メイクの前だとファンデーションがヨレやすくなるので、夜だけね。奇跡の1滴と呼びたいくらい、パワフルに働きかけてくれます」。20ml ¥[illegible]175

雑誌「PINKY」の人気連載「IKKOの女の人生咲き乱れてナンボよっ!!」が、一冊の本になって絶賛発売中。恋愛、ビューティなどあらゆるお悩み相談のほか、プライベート写真も満載です！
● 「IKKO 美人道」¥1000／集英社

撮・アクセサリー／IKKOさん私物 撮
／富田眞光（vale.／IKKOさん） 内田
朗（製品） ヘア／鷹部麻理（G-FOR
メイク／山本亮介 スタイリスト／
美恵子（IKKOさん） 福永いずみ（製

慧
vimee

ージュ・ヴィフ ラクレが
袋の新スポットに登場！

ジュ・ヴィフ ラクレの新店舗が、池袋駅直結の新しいランドマーク「エソラ池袋」にオープン！　オリジナルラインに加え世界中からセレクトしたアイテムを展開するほか、オープンに合わせて限定アイテムも登場。新しいショップでオリジナルなハウススタイルを完成させて。㈲アバハウスインターナショナル☎03・5456・8898

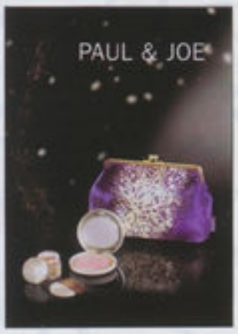
バラを添えて贈る
スペシャルなジュエリー

ロイヤルオーダーのクリスマス コレクションから、バラとセットになったジュエリーが登場。王冠とスターを合わせた「Holy Rock Star Crown Pendant」(全5種 ¥24150～)と、鍵モチーフ「KEYS to Happiness Pendant」(全8種 ¥39900～)の2種類のペンダント(すべてチェーン、ボックス付き)。㈲ロイヤルオーダー伊勢丹新宿店☎03・3358・0399

Large-scale healing exhibition for healing market 2009 in Kyushu

"癒し"を体験できる
国内最大級のイベント

今年で9回目を迎えるイベント「癒しフェア」(入場料¥1000)。12／12と12／13に、初となる九州地方での開催が決定！　会場のヤフードームにはオーガニックコスメをはじめ、ヨガや占い、リフレクソロジーなど"癒し"に関わるグッズやサービスが大集合。詳しくはHP(www.a-advice.com/)で確認！　㈲フレイア☎03・3221・5791



光と影を操って
魅惑的な表情を手に入れて

ポール&ジョーから、12／4に発売される「ハイライティング パウダー&パール パウダー セット」(2種 各¥7140 ※ポーチ付き)は、陰影のある表情に導く数量限定セット。ツヤを生むハイライティング パウダーと、奥行きのある目元をつくるパール パウダーで、イルミネーションにも負けない輝く肌へ。㈲ポール&ジョー ボーテ 0120・766・996

かいのは当たり前！
さを追求したインナー

ンプの「マジ軽ホット」(全7タイプ ¥3465は、形やバリエーションも豊富な遠赤外線インナー。吸湿発熱性に優れた糸を使薄く軽い生地に仕上げることで、抜群ごこちと温かさを実現。脇、裾、袖に目がないから、ひびきにくく、アウター合わせやすい。㈲トリンプ・インターナナル・ジャパン 0120・104・256

入浴後の急激な乾燥を
入浴中からケア！

「バストロジー」は乾燥につながる入浴中の"洗う"と"浸かる"の肌リスクをケアする新発想のインバススキンケアシリーズ。「泡のボディケアウォッシュ」(550ml)は手と泡で洗うので刺激が少なく、「ボディケア入浴液」(540ml)は浸かるだけで2つのスキンケア効果が得られる(ともにオープン価格)。㈲ライオンお客様相談室☎03・3621・6611

MORE
branch
2010 January

ヘザー×アユセコズエ
コラボ企画スタート！

12／1から始まるヘザーの「X'mas Present 企画」では、人気急上昇中の歌姫、アユセコズエさんがデザインしたネックレスの販売や、買い物をするともらえるメッセージ入りバッグ(数量限定)など、さまざまなコラボレーショングッズが登場。詳しくはHP(www.heather.jp)へ。㈲ポイント カスタマーサービス 0120・601・162

珠の輝きをまとう
ツヤやかなコレクション

ンシイから、真珠にインスパイアされた「クマス コレクション 2009」が誕生！　ホワ、イエロー、グレー、ピンクの4色をセッたアイシャドー「ル プリズム アイズ パー¥8925)をはじめ、フェイスパウダー、マラなど、全9アイテムから限定品や限定登場。㈲パルファム ジバンシイ お客様☎03・3264・3941

クリスマスにピッタリな
ラブジュエリー

ハピネス・アンド・ディから"プチラグジュアリー"がコンセプトのジュエリーコレクション「ハッピー キャンドル」(ネックレス¥22000、ブレス¥25000、ピアス¥22000、リング¥24000)がデビュー。"ハート&キューピッド"カットを施したダイヤモンドと10Kゴールドで輝く上品なアクセサリー。㈲ハピネス・アンド・ディ 0120・82・3562

クリスマスを華やかに彩る
ツヤやかなコレクション

ケイト・スペード ニューヨークのフォールコレクションからデビューした、新シグネチャーライン「コーネリア ストリート ノエル」にクリスマス限定カラー「メタリック ブラック」(写真¥39900)が登場！　トートや小型ボストンなどのバッグを4型、財布や手帳などの小物を11型ラインナップ。㈲ケイト・スペード ニューヨーク☎03・5467・1057

ふっくらハリのある目元が
明るい表情を生む

ファンケルの「アイセラム」(¥1785)は、目元のうるおいを高める無添加の目元専用美容クリーム。2つのセラミドからなる"エモリエントシール成分"が肌のバリア機能をアップし、"浸透型ヒアルロン酸"が即効保湿を実現。さらに"アイモイスチュアライザー"がうるおいをキープしてふっくらとハリのある目元に。㈲ファンケル 0120・35・2222

vimee.net
hudie.com

敏感肌・郁月の「"つつむ"スキンケアDiary」前編

毎日のうる肌は、『ディセンシア』で!

キメの整った美肌が魅力のモデル・郁月ちゃん。実は、季節や生活リズムの変化で肌がかさつく、敏感肌なんです。
ならば、どんなお手入れでその潤い肌をキープしてるの？　その秘密を探るべく、毎日のスキンケアをつづった日記をのぞき見!

撮影／山田英博（モデル）　内田哲朗（製品）　ヘア&メイク／佐藤美香　モデル／森　郁月　スタイリスト／樋口佳奈

12.7 Mon Night

乾燥がひどくて肌がカサカサ。『ディセンシア』のクリームでたっぷり潤いを補給しよっと!

ムズムズかゆみまで……。でも私には『ディセンシア』のクリームがあるから安心。手のひらにのばして、優しく顔をつつみこむように つけると、潤いの膜が張ったみたいで気持ちいい～♡　首やデコルテまでたっぷり塗ると、セーターが当たってもチクチクしない!

3
2
1

ⓒブランド独自の「角層ラッピング技術」で、乱れた角層を覆い……ハウスダスト……など……シャットアウト……お好みで……おすすめ。❶いちばんこっくりするタイプ。郁月は夜のお手入れで使用。濃厚なテクスチャーでパックをしているようなしっとり感。つつむ　フェイスクリーム　R1　30g ¥3150・❷普通タイプ。つつむ　フェイスクリーム　30g ¥3150・❸みずみずしいつけ心地。朝など軽やかに保湿をしたい時にぴったり。つつむ　フェイスクリーム　S1　30g ¥3150／ディセンシア

パーカ¥7245／ラヴィジュール

hudie.com

慧美网
vimee.net

12.16 Wed Day

UVカットと保湿が同時にできるクリームで、一日中肌がもっちり!

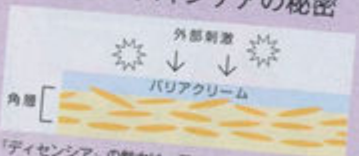
紫外線は敏感肌の大敵!　だから、冬でもUVケアは欠かせない。なるべく肌に負担をかけたくないから、朝ケアの最後は、この日中用のクリームをオン。ベタつきがなくさらっとのびるのに、肌はうるうる。透明感まで出るから、お出かけするのが楽しくなる!

ⓒ角層を保護しながら日中の紫外線をカット、ほんのり色がついているので、肌のトーンもアップ。メイク下地としても大活躍!　つつむ　デイ　モイスチャーヴェール　SPF16・PA++　25g ¥2940／ディセンシア

キャミソール¥8925／ラヴィジュール　カチューシャ／ヘア&メイク私物

MEMO

"つつむ"スキンケアの秘密



『ディセンシア』の魅力は、潤いで肌を"つつむ"ような感触。実はこれ、特許技術なの!　独自のバリアクリームが荒れた角層をおおい、「もうひとつの角層」を形成してくれる。刺激物質から保護してる間に、角層のバリア機能が正常に戻り、元気な肌を取り戻せるんだよ!

MEMO

お肌の学び舎・「スキンケア大学」

正しいスキンケアをはじめ、お肌に関するさまざまな情報が!

スキンケア大学

自分の肌をもっとよく知るためのサイト・「スキンケア大学」は要チェック。専門家を招いた公開講座イベントなど、敏感肌に役立つ情報が満載なの!　●Webサイト：http://www.skincare-univ.com/m　モバイルサイト：http://www.skincare-univ.com

●問い合わせ先／ディセンシアお客さまセンター　0120-714115（12：00～20：00　休／土・日曜、祝日）　www.decencia.co.jp
←QRコードから今すぐアクセスしてみて

MOREランニング部

ランニング部

“部活動”リポート

MOREランニング部が大集合 みんなで皇居RUNしました！

「MOREランニング部」初のランイベントを開催！　盛り上がったトークセッション＆皇居ランの様子をご報告します。

撮影／内田優子　ヘア＆メイク／吉岡美幸　モデル／神田咲実

麻由美さん
年世界陸上出場、2000年北海
ラソン優勝など、輝かしい成
修め、現役引退後はピラティ
取り入れた指導に取り組む

↑「最近のウエアのかわいさにびっくり！」と市河さん。この日はクールな黒をメインに、＋ピンクのランスカでちょっぴり女らしさを意識。咲実ちゃんは、キュートさ満点のチェック柄スパッツをきかせたランスタイルに

↑↓ランニング部員には特製Tシャツが配られ、もちろん編集長も着用！　会場が真っピンクに（笑）

ランニング部部長 咲実ちゃんと市河麻由美さんのRUNトーク

目からウロコの情報たっぷり、充実のトークセッション

待ちに待ったランイベントがついに開催！　まずは、ランニングアドバイザーの市河麻由美さんと、NAHAマラソン完走に向けてトレーニング中のMOREランニング部“部長”咲実ちゃんのトークセッション。「シューズやウエア選びのポイント」、「初心者におすすめのトレーニング＆ケア法」、「水分補給すべきタイミング」など、ランに役立つアドバイスが盛りだくさん。質問タイムもあり、部員ひとりひとりのお悩みもすっきり解決しました！

『ニューバランス』からおすすめシューズの展示も！

↑会場に入ると同時に、パッと目に飛び込んでくるインパクト大のシューズは「かわいい！」、「上級ランナーに見えそう」と部員にも大人気
←売上げの一部がNPO法人に寄付されるピンクリボン対象モデル

市河さんからいただいたRUNアドバイスを一部ご紹介！

Q ウエアやシューズ選びのポイントは？

ランニングシューズは普段の靴のサイズとは違う場合も。きちんと測定し、ジャストフィットするものを選んで。ウエアは吸水、速乾性に優れたものを

Q 持っておくべきRUNアイテムは？

日差しをじかに浴びると体力を消耗しやすくなるので、日中走るなら帽子は絶対必要です。目へのダメージを防ぐため、サングラスもあるといいですね

Q おすすめのトレーニング法は？

とにかく速く走ろうとするのはいけません。初心者のうちは、歩く、そしてゆっくり走るトレーニングから始めて、基礎的な脚力をつけるのが先決です

Q 水分補給ってどうすればいいの？

まず、ランニングを開始する30分前に水分補給するのがベスト。走っている最中もすごく水分を消費するので、約20分に1回、こまめに給水するように

ランニング部員からの質問コーナーも

↑ランニング初心者の多い部員から、ここぞとばかりに質問が殺到。ユーモアを交え、的確にアドバイスする市河さん

↑NAHAマラソンへ向けて実際にトレーニング中の咲実ちゃんは、始めたばかりの頃に実践していた練習法などを披露

続いてフォームをCheck!

◐市河さんいわく「肩甲骨を大きく動かすように意識しながら腕を振るとよい」そう
◐ストレッチもフォームもひとりひとり丁寧に教えてくれる市河さんに、部員は大感激！

◐ランニングに使う筋肉は下半身だけではない！　腕まわりの筋肉も入念にストレッチ
◐前太ももをストレッチ。にっこり笑顔の咲実部長。「みんなと一緒だと、準備運動もすごく楽しい！」

まずはストレッチから

お待ちかねの皇居RUNにチャレンジ

雨もへっちゃら! 無事完走できました

この日は、くもりのち雨。気温も低く、コンディションは悪いものの、市河さんの熱い指導のもと、咲実ちゃんをはじめ部員たちのやる気も十分でボルテージは最高潮！　市河さんが部員にストレッチのやり方や正しいフォームをビシバシと指導する様子は、まさに"部活動"そのもの。そして、いよいよランニング。その結果は……もちろん全員無事完走！ ひとりで走るより、仲間と一緒に走ると楽しさ倍増。充実のひとときが過ごせました。

いざランニング!

蝴蝶网 hudie.com

ランニングフォームをチェック!

1. あごと首の間にオレンジ1個分の隙間をあけ、目線はまっすぐ前を
2. 両手は"生卵"をつぶさないぐらいの力かげんで軽く握るようにする
3. 両ひじを直角に曲げたまま、腕を前後に大きく振る
4. ランニング中は服の"ファスナー"を閉めるようにお腹を引き締める

◐市河さんを先頭に、みんな笑顔でランニングスタート。フォーム指導の効果がばっちり、みんなの走る姿が見違えるほどよくなった

◐皇居RUNを終え、スタッフも交じえて記念撮影。イベントを通して、みんなのモチベーションがますますアップした様子

「MORE☆ランニング部 Run Fan サイト」もcheck!

ランニングに役立つ情報盛りだくさん!

咲実部長のトレーニングの様子や、新作シューズやウエアなどのお得なラン情報の紹介、ランニングに関するお悩み解決コーナーもあり、読むだけでランニング意欲がアップするコンテンツ満載！　「MOREホームページ」から「Run Fanサイト」をクリックしてみて♪

咲実のトレーニングの様子を[illegible]

[illegible]HAマラソン[illegible]に向けたトレーニングの様子を[illegible]更新！　フルマラソン完走を[illegible]人はもちろん、[illegible]の[illegible]もぜひ参考に

慧美网 vimee.net

これからもがんばるぞ!

sakimi's Voice

「クッション性やフィット感のよさで大人気、初心者にもおすすめの『WR769J』モデルに、こんなにキュートな限定スペシャルカラーバージョンが出たんです。機能も見た目も完璧、もうコレに決めた! NAHAマラソンはこのシューズで誰よりも目立っちゃおっと!」

ド派手なレインボーカラーが、足もとから存在感を発揮! ランスタイルがぐっとおしゃれに。
シューズ(WR769Jレインボー[RA])¥11865/ニューバランス ジャパン パーカ¥9345・スカート¥4515・スパッツ¥5145・シュシュ¥1365/エヌ・エフ・シー(ニューバランス)

刺激的なレインボーがRUNをもっと楽しく!

蝴蝶网
hudie.com

躍るニューカラーが登場!

ニューバランス」で NAHAマラソンにチャレンジ!

慧美网
vimee.net

ランニングがますます楽しくなる
目にも鮮やかなカラーリング、機能性も
お墨つきのNEWシューズで、いざフルマラソンへ!

撮影/上野泰孝 ヘア&メイク/八角 恭(ヌーデ)
モデル/神田咲実 スタイリスト/井戸満美

蝴蝶网
hudie.com

クール、なのにかわいい！
絶妙なカラーリング

はくだけでテンション↑の
NEWカラーは3パターン

↑どのカラーもランニング熱を
り上げてくれること間違いなし
機能性のよさに定評のあるモデ
だから初心者にもおすすめ。
WR769J（上右）ブラック／シア
［BC］・（上左）レッド／イエロ
［RY］・（下）レインボー［RA］各
11865／ニューバランス　ジャパ
※限定発売

←ピンクが女らしさをアピール
シューズ（WR769Jブラック／シ
ン[BC]）￥11865／ニューバラン
ジャパン　ブルゾン￥8715・
シャツ￥4515・スカート￥409
スパッツ￥6615／エヌ・エフ・
ー（ニューバランス）　時計￥
00／エルスタイル（ニューバラ
ス　スポーツモニター）

ランニングをさらに快適にする
最新シューズも要CHECK！

vimee.net

速報！

高性能な新作シューズ撮って出し！

←（右）クッション性と優れた反
を両立、軽さもグッド。WR740[BP
9975(2010年1月発売予定)・(中)
感抜群でヒール部のフィット感も
WR967［PU］￥12390（12月発売予
・（左）最高級のクッション性と
ルド性を兼ね備え、足幅も3ウィ
ら選べる。WR760［SR］￥12390（
発売予定）／ニューバランス　ジャ

●問い合わせ先
シューズ／ニューバランス　ジ
☎03・3546・0997
■www.newbalance.co.jp
ウエア／エヌ・エフ・シー
☎03・5155・6621

蝴蝶网
hudie.com

脚をグイグイ押し上げる「ムクミキュア」で

つら～いパンパン脚をスッキリ!!

毎日の立ち仕事やデスクワークで、夕方になると脚がパンパンに……。らせん状に編まれた凹凸の刺激が気持ちいい「ムクミキュア」で、つら～い悩みもスッキリ解消!

取材・文／国分美由紀　撮影／城石裕幸　ヘア&メイク／レイナ
モデル／山田みお（モアモデル）　スタイリスト／福永いずみ

脚のだるさを
んとかしたい

お気に入りの
ブーツが
きつくなる!

夕方になると
脚が
パンパンに……

Q どうして脚がパンパンになるの?

体の中の細胞に、酸素や必要な栄養を届けるために毛細血管からにじみ出る水分。それが十分に再吸収されないままたまってしまうと「パンパン脚」の状態に。特に、長時間の立ち仕事や、同じ姿勢でのデスクワークを続けていると起こりがち!!

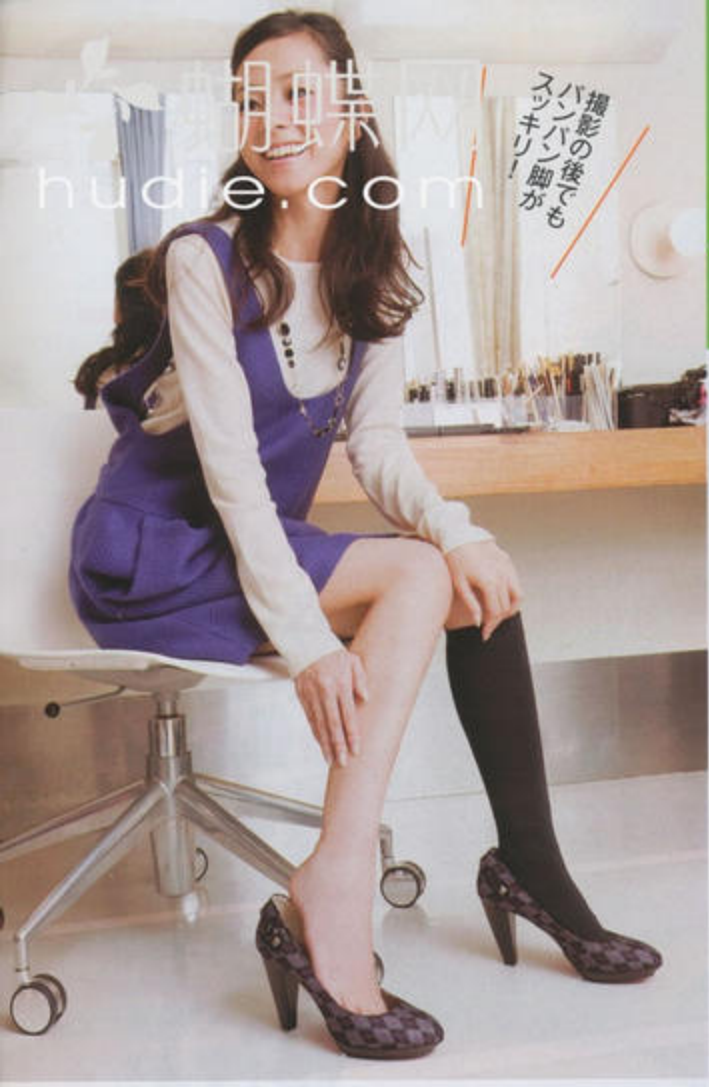
ンパースカート¥21000／ティ
ニット¥8610／メルローズ
プス¥18900／モーダ・クレア
タイル　エイティワン）　シ
ュ¥1890／パサージュ　ミニ
（ジャムベリー）　ネックレ
2310／ピーアンエンジェル

慧美网
vimee.net

お仕事ガールな私たちも「ムクミキュア」愛用中です！

モアモデルのみおも、「ムクミキュア」の気持ちよさを実感！
毎日お仕事でがんばっているモアハピ部員も愛用しています。

※コメントは個人の感想です



山田みおさん

一日中撮影が続くと脚がパンパンに……

「もともと冷え性なせいか、すぐパンパン脚になりやすいタイプ。移動の多いロケや長時間のスタジオ撮影では、夕方になると脚がパンパン！　なんてこともしょっちゅう。でも、『ムクミキュア』をはくと、つらさを感じるポイントがちょうど刺激されて、すごく気持ちいい♡　撮影の後でもロングブーツがラクラクはけるし、もう手放せなくなってます！」

(右)「長時間続いた撮影の後だって、スルッとブーツがはけるの」　(左)「はいた後、脚がすごくラクになるから本当にオススメ！」

(右)チュニック¥1990・ショートパンツ¥1490／ジー　ブーツ¥30450／メゾン　ルージュ(ルージュルー

モアハピ部☆MOGI☆さん(会社員)

帰りに靴がはけないほどひどいパンパン脚でした

「会社ではサンダルにはき替えているのですが、帰宅する頃には脚がパンパンでブーツのファスナーが閉まらなかったり、パンプスが入らなかったり……。でも『ムクミキュア』のおかげで、ずいぶんラクになりました」

(右)「洗濯しても伸びにくく、着圧力も弱まりにくいので長もちしそう」(左)「外出先や会社でのデスクワーク時、いつでも愛用中♡　お仕事に欠かせない相棒アイテムです」

モアハピ部美花さん(看護師)

夜勤明けの日も、脚はスッキリしてます

「看護師なので、休憩時間以外はずっと立ちっぱなし。脚がだるくて、以前は眠れなかったことも。『ムクミキュア』は、ほどよい締めつけ感があって、はき心地がバツグンです！」

「『ムクミキュア』は、はくだけでも脚がキュッと締まってラクになりますが、私はさらにマッサージを併用！　ポカポカして脚の張りも和らぎますよ。買ったばかりのブーツの中にもはいています」

モアハピ部タンタンさん(営業職)

ヒールパンプスで歩き回っても脚がラク

「営業職という仕事柄、長時間運転をすることが多いので、すぐ脚がパンパンになるのが悩み。『ムクミキュア』は強めの圧が気持ちよく、生地も薄手でもたつかないので使いやすいです」

「薄手だからパンプスにも合わせられるのがうれしい♪　日中はいていると、帰宅後も脚がラクなんです。ギュギュッと強めな圧が私のお気に入りポイント。値段もお手頃で助かります！」

ムクミキュア ハイソックス

仕事中や外出先、自宅ではけば、だるくてつらいパンパン脚から、スッキリ脚に！　サイズはS～M　M～Lの2種類。カラーバリエーションはブラックとダークブラウンの2色。¥1837／小林製薬

●問い合わせ先／小林製薬　お客様相談室
☎06・6203・3625
受付時間AM9～PM5（土・日曜、祝日を除く）

ここがPoint「ムクミキュア」が愛される理由

凹凸編みの刺激と、段階締めつけ圧でスッキリ！

下から脚を押し上げる段階的な締めつけ圧と、独自の特殊ならせん状の凹凸編みで、足首からふくらはぎまで心地よく刺激してスッキリ

目立たない凹凸編みだから、仕事中や外出先でもはける

凹凸編みは外側から目立たないように工夫されているから、オフィスやお出かけにもOK！　パンプスはもちろんブーツにもオススメ

土踏まず部分のウェーブ編みで足底を刺激！

足底部分にもウェーブ編みがあるから、疲れがたまりやすい足の裏に効果的にアプローチ！　次の日の脚のだるさが違うはず

洗濯機で洗えて便利♪

洗濯機で洗えるからお手入れも簡単。下着などと同じようにネットに入れて洗うだけ！　ただし、乾燥機やアイロンの使用は避けて

HPでさらに詳しく！
http://www.mukumicure.jp/

あとちょっとだけ……

コレクション　ストー
¥4725／ビームス原宿

唯美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

MORE
スペシャル
妄想シアター

相葉雅紀くんとふたり暮らし❤

週末の朝、目覚めたら……

好評放送中の初主演ドラマ
『マイガール』で、5歳の娘と
暮らす新米パパを好演中の相葉くん。
そんな彼とふたり暮らしをしたら、
週末の朝ってきっとこんな感じ♡
一緒に暮らしたい理想の男子が、
ラブ&ハッピーな朝に誘います!

取材・文／森　洋子　撮影／市橋織江
ヘア&メイク／竹内美穂　スタイリスト／丸山　晃
料理製作／広沢幸乃　撮影協力／アワビーズ

「おはよ……」

「起こされ方はポンポンってたたかれるぐらいがいい。朝は優しく扱ってほしいな。くすぐられたりしたら不機嫌になりそう。逆に彼女を起こす時はくすぐります。……冗談です（笑）」

慧美网
vimee.net

「たまにはオレが作るって!」

段も、自分で食べるくらいは
しますよ。ちなみに、僕は目
きよりスクランブルエッグ派。
て朝ごはんができてたらうれ
けど、無理はしないでほしい」

「今日、どこ行こっか……」

「歯磨き粉は味がついてないほう
が好きですね。僕は朝お風呂に入
るんで、湯ぶねにつかりながら磨
きます。朝起きて歯磨いて、ごはん
食べて……あれ、順番ヘンかな？」

「塩、かけちゃうよー」

「朝は和、洋、麺、昨夜の残りの
カレー、なんでもOK。理想を言
えば、みそ汁があるとうれしいか
も。玉ねぎのみそ汁とごはん、納
豆、鮭……この朝定食、最高！」

「ね、どっちがいい?」

「逆に、彼女にスカートとパンツの選択を聞か
れたら？　正直、女性の服ってわからないけど、
わかったような顔で、『天気いいしスカートが
いいんじゃないの』って言う気がする（笑）」

磨きのシーン］カーディガン¥35700（TROVE）
ンツ¥24150／TROVE　ネックレス¥28350（フ
シュポイント）／Gallery of AUTHENTIC　カッ
ー／スタイリスト私物
服選びのシーン］手に持ったカーディガン¥
／ネペンテス　東京（ニードルズスポーツウ
　手に持ったカットソー¥9240／ハリウッ
ランチ　マーケット（ハリウッド　ランチ
ケット）　その他／スタイリスト私物

もしカーテンをピンクにしたいなら会議ですね（笑）

ふたりで暮らす休日の朝。さまざまなシーンを演じてくれた相葉くん。その〝ふたり暮らし観〟からは、優しくてあったかな素顔が見えてきた。

——今回、疑似ふたり暮らしを体験してみて、どうでした？

「楽しかったです！　恋人と暮らし始めて間もない、1カ月くらいの、フレッシュな感じかな？（笑）」

——ふたりで暮らすと仮定したら、どんな間取りがいいですか？

「いわゆる、ひとり暮らしのサイズでも大丈夫なんじゃないかな。ふふ

のワンルームでもいいですよ」

——『マイガール』で娘のコハルちゃんと暮らす部屋は素敵ですよね。

「あの部屋最高ですよ。おしゃれだし、家賃も安いという設定だし（笑）」

——もし、彼女が部屋をピンクにしたいと言ったらどうします？

「えっ!?　ピンク度合いによりけりですね～。クッションとかポイントなものなら、とりあえず好きにやってみって言う。でも、カーテンもピンクにしたいなら会議ですね（笑）」

「ただいま」、「おかえり」がふたり暮らしのよさだと思う

——ふたり暮らしで、これは絶対にはずせないというルールは？

「あんまり細かいことは決めなくてもいいかな。自分がされていやなことはしないとか、そういう気遣いがお互いあれば。家事も、手のあいてるほうがやればいいと思います」

——起きた時、彼女がすっぴん、髪ボサボサでもOK？

「全然いいですよ。逆に、メイクも服もキマってるほうがびっくりするかも。何時に起きたの!?　って（笑）」

——彼女がキッチンに立つなら、対面がいい？　後ろ姿を見たい？

vimee.net
hudie.com

「いっただっきまーす」

「ごはんは椅子に座って食べたい。ふたり暮らしするとしたら、それこそソファはなくてもいいから、ダイニングセットは絶対に買いたいですね。その横にテレビがあれば完璧！」

Masaki Aiba

1982年12月24日、千葉県生まれ。話題の初主演ドラマ『マイガール』（テレビ朝日系／金曜PM11:15〜）が佳境に。最終回は12／11放送！

チンのほうがいいです。料理作りながらテレビとか見られるから」

――おそろいのマグカップや食器をそろえるのはアリですか？

「もちろん。旅先で買えたらいいな。きっとそんなにかわいくないものだろうけど（笑）、あそこで買ったよねって大切な想い出がついてくるから」

――最後に、ふたり暮らしのよさって、なんだと思いますか？

「やっぱり、ただいまって言って電気がついてる部屋に帰ることや、おかえりって迎えてあげられることかな」

スウェット¥21,000／ネペンテス 東京（サスクワッチファブリックス チリング） カットソー¥12600／[illegible]（モーテル）

vimee.net
hudie.com

極上男子 DICTIONARY #20

“かわいい”ことを不利に
思うんじゃなくて、
武器にして役に生かしたい

…タレス￥18900／S.O.S
…ンパシー　オブ　ソ

…文／野々山幸　撮影
…太輔（go relax E more）
…&メイク／清水恵美子
…oonbrand）　スタイリ
…／松下洋介

hudie.com
慧美网
vimee.net

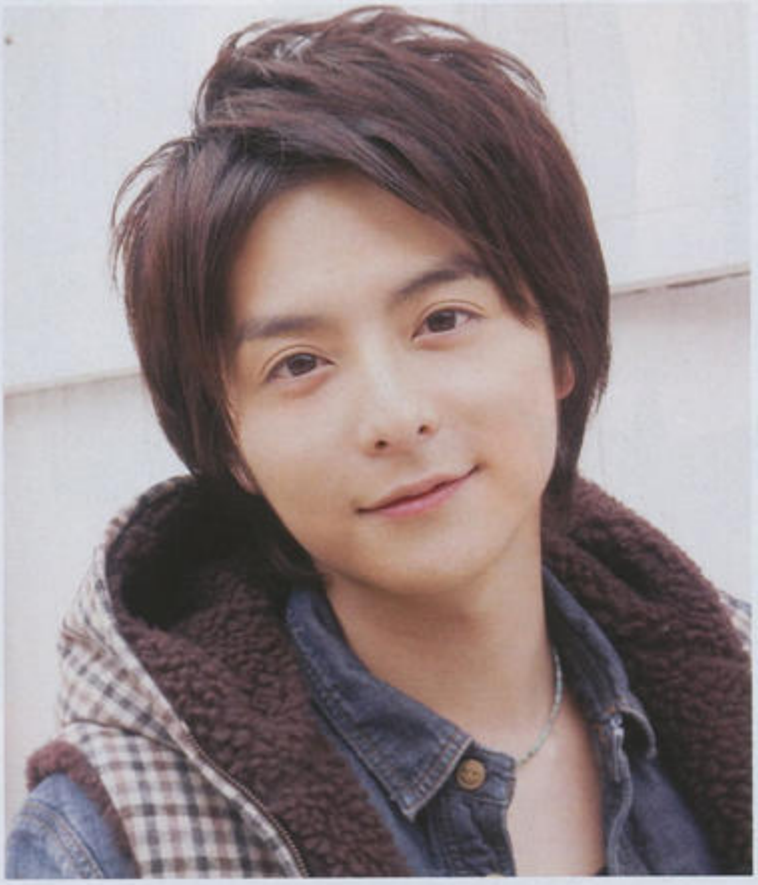
少年っぽさにひそんだ“男気”

小池徹平

Teppei Koike

【こいけ・てっぺい】

1986年1月5日、大阪府生まれ。ネットでの書き込みをもとに実写化された主演映画『ブラック会社に勤めてるんだが、もう俺は限界かもしれない』が全国公開中。放送中のドラマ『おひとりさま』（TBS系・金曜PM10〜）にも出演



あ行

おいしいもの好き【おいしいものずき】

「せっかく食べるなら、おいしいものが食べたい！」と食へのこだわりは強い。では、小池くんにとって、いちばんのごちそうといえば？

「それ究極の質問ですね。悩むな〜。ラーメンも好きだし、カレーもいいし……なかなかひとつには決められないですよね。ちなみに、今日の夜は焼き肉を食べにいこうと思ってます。朝ごはん食べながら、もう夕食のことを考えてる（笑）。撮影の合間にも、共演者の方と食べ物の話をしたりしてますね。映画『ホームレス中学生』の時は、キングコングの西野さんと“今食べたいもののプレゼン”で、どっちがよりおいしそうか競ったこともありました（笑）」

おっさん【おっさん】

「早く大人……というか、おっさんになりたい！」のだそう。

「年を重ねても童顔は変わらないと思うけど（笑）、いい年の取り方をしていけたらなと。福山雅治さんみたいに、カッコよくて、セクシーで、おもしろくて、やんちゃで。そんな“大人の男”になりたいですね」

か行

家庭料理【かていりょうり】

食事は、基本的に自炊派。

「ハンバーグにカレー、肉じゃがと、典型的な家庭料理ばかり作ってます。『それどうやって作るの？』と聞かれるような、難しい料理にも挑戦してみたいんですけど、なかなかできなくて。最近は豚肉を甘辛く味つけした“豚丼”をよく作ります」

かわいい【かわいい】

小池くんといえば、10代から変わらない、かわいい笑顔が魅力。

「“かわいい”と言ってもらえること自体はうれしいです。“キモイ”なんて言われるより、ずっといい（笑）。でも、演技のうえでは不利になることも。ドラマ『ごくせん』の時には、不良役なのになかなか迫力が出なくて、悩みましたね。でも、発想を変えて、怖いだけじゃない自分なりの不良像をつくろうと思ったら、楽しくできた。難しいことも多いけど、この外見を武器だと思って生かせる方法を探していきたいですね」

変わりたい願望【かわりたいがんぼう】

映画『ブラック会社に勤めてるんだが、もう俺は限界かもしれない』では、ニートを脱出して自分を変えたいと願う主人公を熱演。小池くんにも“変わりたい願望”はある？

「もちろんありますよ。僕は10代から仕事をしていて今8年目なんですが、周りから見たイメージはあまり変わっていないのかなと思うことがあって。でも、16歳から23歳って、最高の成長期じゃないですか？　中身はものすごく変わってるんです。そんな自分の中の変化や成長を、作品を通して表現して、少しずつ知ってもらえたらいいなと思いますね」

さ行

16歳【じゅうろくさい】

15歳の中学生から40代までと、演じてきた役柄は幅広い。実際の精神年齢は何歳？　と尋ねると……。

「16歳！　仕事の場では早くから大人の方と接してきたので30歳ぐらいかもしれないですが、プライベートではまだまだ子供。学生時代に仕事であんまり遊べなかった反動で、今は友達と遊びに出かけると、ワーッとはしゃいでしまう（笑）。23歳になって、青春を取り戻してますね」

草食系男子【そうしょくけいだんし】

出演中のドラマ『おひとりさま』では、草食系男子を演じる。

「撮影も終盤なんですけど、“草食系男子”のキャラクターをつかむのは難しい！　最初は、恋愛面で自分からアプローチするのが苦手なのが草食系だと思っていたけど、今回の役柄は料理したり節約が好きなのも特徴。でも、周りを見れば男っぽい肉食系で料理好きな人も多いし……と考えれば考えるほどわからない。自分自身は草食系でないのもあって、役柄をつかむのに苦労しています」

た行

年の差【としのさ】

恋愛において、年々気にならなくなってきたのが相手との“年の差”。

「10代の頃は、1歳の年の差も大き
かったけれど、最近は好きになって
しまえば5〜6歳ぐらいの年の差は
まったく気にならない。あと、昔は
恋愛より仕事一筋だったけど、最近
は両方必要だなと思う。うまくバラ
ンスをとっていけたらいいですね」

友達との時間【ともだちとのじかん】

これがいちばんのストレス解消法
「友達とカラオケで歌ったり、お酒
を飲んでワイワイ騒ぐのが本当に楽
しい。僕はお酒を飲むと、さらによく
しゃべりますね。みんなかなり自由
だから、突然『オレ、眠いから帰るわ
〜』っていなくなるのもアリ（笑）
気を使わない関係がラクですね」

は行

ブラック会社【ぶらっくがいしゃ】

映画『ブラック会社に勤めてるん
だが、もう俺は限界かもしれない』
で、元ニートの主人公“マ男”が入
社したのが、社員を奴隷のようにこ
き使う、“ブラック会社”！
「実際はまだ朝なのに、会社にこも
って徹夜で働いて疲れきっているシ
ーンを撮影する日もあって。時間の
感覚が変になりましたね。でも、中
卒で元ニートという経歴にコンプレ
ックスを持つ主人公が、がむしゃら
に頑張って必死に自分を変えようと
する姿は“頑張ることで何かが変わ
るんだ”と思わせてくれる。その成
長が伝わればと思って演じました」

ま行

マンガとゲーム【まんがとげーむ】

「マンガとゲームがあるとテンショ
ンが上がる！」。特に、好きな作品
の発売日はヤバいらしい!?
「マンガは『ONE PIECE』が好き
です。『少年ジャンプ』が発売される
月曜日は、毎週の楽しみ！　ゲーム
はいまだに『ドラゴンクエストIX』に
ハマってます。発売してすぐに5日
でクリアしたんですけど、楽しくて
今もやり続けてるんです。でも『ブラ
ック会社〜』で共演した品川庄司の品
川さんは3日でクリアしたらしいん
ですよ！　上には上がいますね(笑)

ら行

礼に始まり礼に終わる

【れいにはじまりれいにおわる】

人とつきあっていくうえで、小池
くんが大切にしていること。
「僕、すごく礼を重んじるんですよ
きちんと挨拶ができないのはイヤだ
なと思う。僕の場合、イメージでは
かわいらしくて爽やか、と思ってい
ただけることも多いけど、実際に会
った方にはよく、“意外に男っぽい”
と言われるんです。体育会系なとこ
ろがあるのかもしれないですね」

蝴蝶网
hudie.com

ヴェールダンスの
リバーシブルダウンジャケット

ヴェールダンスの
モッズコート

これも買える!

丸ちゃんのイチ押しはコレ!

丸ちゃん's EYE

カジュアルアウターは2Way以上が買い!!

取りはずしOKなフードやリバーシブルなど、形や雰囲気が変わるデザインものが、安リッチ価格で続々登場中!

ベージュ&黒も!

¥12600

◎ボア生地のライナー&フードを取りはずせば、春先まで長〜く愛せる♪ ★コート/ヴェールダンス チュニック¥9975/ジョリー ブティック(ジェイビー ガール) パンツ¥3990/ギャミヌリィ ブーツ¥28350/ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ(フローチェ) 帽子¥7875/ビームス銀座 ネックレスとして使ったヘアバンド¥18900/オプティチュード 青山店 インナー/スタイリスト私物

構成・文/鈴木絵美 撮影/小田垣吉則(モデル) 石沢義人(製品) ヘア&メイク/川添カユミ(ヌーデ) モデル/山田みお 落合恭子(2人ともモアモデル) 神田咲実森 稲月 スタイリスト/丸尾朋世

白&黒も!

バーシブル!

10290

裏地は柔らかなカット…のボーダー柄。シンプ…コーデに合わせたい! …ジャケット/ヴェール…ンス ★ブーツ¥4095 …ジェリービーンズ(ミ…アス) ニット¥14700 …バッグ¥24150(エンシ…ラー)/パンソー 表…道店 シャツ¥9975/…ックス ジェットフル…福岡店 パンツ¥29…/ローガールズ(Swy)

慧美网
vimee.net

「安リッチ」服通販

スタイリスト・丸尾朋世さんが選んだトレンド感と着回し力を備えた最強"安リッチ服"をお届け! 「楽天市場」からも買えちゃう!

掲載製品の問い合わせ先リストは P268

丸ちゃん's EYE

大好きワンピは “おまけつき”が狙い目!!

今や一枚で華やぐワンピも安く見つけて当たり前の時代。イチ押しは手持ち服にも使い回せるベルトつきです♡

プーラフリームのベルトつきワンピース

グリーンも！

¥5985

スリーブの透け感が上品なイエローベースの小花柄ワンピに、サテン生地のリボンつきベルトをセット。一枚で着るとAラインがぐっと際立ち、ふんわりガーリーなニュアンスが楽しめる。★ベルトつきワンピース／プーラフリーム　ニットカーディガン¥15750／スナイデル　ブーツ¥11340／R&E渋谷109店　タイツ¥945／アツギ

コレも可愛い!!

Ropé Picnic のベルトつきワンピース

¥5985

➲ネイビーベースの大人可愛い配色に、ヴィンテージ風のベルトバックルが好相性。★ワンピース／Ropé Picnic

丸ちゃん's EYE

デザイントップスも4ケタならトライしやすい!

コーデに手詰まりを感じている今こそ、トレンド色強めなトップスの出番。4ケタでもざくざく見つかります！

アース ミュージック&エコロジーのネルシャツ

¥3990

ちょいボーイッシュな配色。★シャツ／アース　ミュージック&エコロジー新宿　サロペット¥23100／パンソー　表参道店　Tシャツ¥3360／ローリーズファーム　バッグ¥13650／ミュージアム　フォー　シップス　ネックレス¥5460／ビー・エックス（ディグレース）

コレも可愛い!

クランプリュスのパールつきニット

¥3570

Ropé Picnic のスタッズつきブラウス

¥4725

➲（上）2連ネックレスを模した大粒パールが、アンゴラ混の黒に映える。★ニット／イトキン（クランプリュス）　（下）ネックラインのスタッズとギャザーのきいたサテンが素敵。★ブラウス／Ropé Picnic

GET MORE! × 楽天 ICHIBA

NON STOP! 安リッチ431 3

めっちゃ使える! すぐ買える!

人気スタイリスト、丸ちゃんが

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

安心価格で流行ゲット!

コート

丸ちゃん's EYE

何着も買えないと思ってたコートも、1万円台以下なら手が届くはず! 冒険デザインをこの機会にぜひ♪

コーエンの
ダッフルコート

アース ミュージック&エコロジーの
ライダースジャケット

¥10993
トレンド感満点なライダースも、ウール生地なら挑戦しやすい。★ジャケット/アース ミュージック&エコロジー新宿

¥14700
しっかりとした手ざわりのウール生地とグレイがきちんと感を演出。合わせやすいショート丈もマル。★コート/コーエン

プードゥドゥの
ファー衿つきコート

これも買える!

¥16590
ラビットファーの衿を取るとノーカラーにも!
★コート/ギャラリードポップ(プードゥドゥ)
★バッグ(縦18cm×横28cm×マチ12cm)¥4830/ナチュラルビューティーベーシック スカート¥10993/スウィーナ by アース ミュージック ブーツ¥31500/モード・エ・ジャコモ(モザイク バー エー ボンプ) ネックレス¥24675/ローガールズ(gorjana)

ディップドロップスの
ピーコート

¥9975
ダークトーンになりがちな冬コーデがパッと華やぐ、ボックスチェック。★コート/オンワード樫山(ディップドロップス)

アース ミュージック&エコロジーの
もこもこブルゾン

¥7990
裏はサテンのキルティング。優しいオフ白はおしゃれの"抜け"にぴったり。★ブルゾン/アース ミュージック&エコロジー新宿 ★ブーツ¥7245/シェリービーンズ(ミンクス) スウェット¥3360/ローリーズファーム ショートパンツ¥23100/ローガールズ(gorjana) ネックレス¥3990/GMS タイツ¥945/アツギ

¥5985
コーデ全体がこなれた印象に仕上がるネイビー×やわらかなローゲージニットのコンビ。柄ワンピのチラ見せや、タートルカットソーとのレイヤードなど、着回し力もばっちり。5000円台でこのクオリティはお見事!
★コート/Rope Picnic コンビネゾン¥13650/オンワード樫山(ロープピクニック) バッグ¥19950/ノースコーナー

ロペピクニックの
ニットコート

プードゥドゥの
ドット柄ダウンジャケット

¥11340
マットな質感の黒にドット柄の刺しゅうをさりげなくオン。ファーとフードは取りはずし可能!
★ジャケット/ギャラリードポップ(プードゥドゥ) トップス¥9975/ジョリー ブティック パンツ¥11550/デュアル スレッド 有楽町マルイ店(フリーピープル) 靴¥18900/ノースコーナー バッグ¥18900/バンソー 表参道店

トピックラックスの
フードつきブルゾン

¥11991
ゴールドボタンがきいてるスタンドカラー。取りはずせるボアライナーつきで真冬もあったか ★ブルゾン/トピックラックス 新宿

ディップドロップスの
ロングニットコート

¥7245
今年らしいもこもこ素材のニットをざっくり編んだリラックスムード漂う一枚。大きめの衿やポケットなどのディテールもキュートで、カジュアルの新鮮度UPに活躍しそう!
★コート/オンワード樫山(ディップドロップス) ワンピース¥7245/スパイラルガール ネックレス各¥14700/リプラディ シップス 藤井大丸店(ミキア) タイツ¥630/アツギ

アース ミュージック&エコロジーのモッズコート

ディップドロップスのツイードコート

¥11991
薄手のウール生地を使ってメンズっぽい… 辛口コーデが即かなう。★コート/アース ミュージック&エコロジー新宿

¥9450
ループ&ツイード×コクーンシルエットでエレガントな仕上がり。★コート/オンワード樫山(ディップドロップス)

vimee.net 慧美网
蝴蝶网 hudie.com

ジョリー ブティックの
Vネックニット

¥9975
デコルテがキレイに見えるVネックと、ゆるっとしたシルエットが大人っぽく、今年らしい。薄手なので春まで大活躍！
★ニット／ジョリー ブティック（ジェイビーガール） オールインワン¥9975／ビームス銀座 バッグ¥6195／サック ネックレス¥5775／ノースコーナー

ローズブリットの
マフラーつきニット

¥6930
➲ボーダーマフラーをセットした、お得感あるVネックニット。タイトめ&長め丈なので女らしく着られるのもうれしい。
★マフラーつきニット／オンワード樫山（ローズブリット） パンツ¥11970／スナイデル 靴¥16590／ローズ バッド（コレクション・イタリアン・シューズ） バッグ¥4935／VIS ネックレス¥7875／イマノエル

スパンコールニットカーディガン

¥4998
➲テイストを選ばずなじむ優しいベージュニットにスパンコールをちりばめ、華やぎをプラス。
★カーディガン／アース ミュージック&エコロジー新宿 Tシャツ¥2940／ヘザー スカート¥9975／シップス ジェットブルー 福岡店 ブーツ¥24150／ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ（クッコ ディ マルレ）

今買うなら“技あり”を!
トップス

丸ちゃん's EYE
冬のワードローブが揃った今、狙うはシルエットやディテールにこだわった見映えを約束するデザイン！

アース ミュージック&エコロジーの
ニットチュニック
¥4998
➲フロントのケーブル編みとスリットポケットで、グレイをチャーミングに。★チュニック／アース ミュージック&エコロジー新宿

コーエンの
ロゴスタッズカットソー
¥4935
➲ゴールドスタッズで描かれた"Love"がおしゃれ心をくすぐるデザイン。ロゴT感覚で着たい！ ★カットソー／コーエン

ディップドロップスの
ブラウス
¥5985
➲胸もとにお花の刺しゅうを施した手の込んだ一枚。Aラインで着やせ効果も。★ブラウス／オンワード樫山（ディップドロップス）

クランプリュスの
スタッズつきニット
¥2100
➲キレイめなシルエットに小粒のゴールドスタッズでほんのりトレンド味を加えて。★ニット／イトキン（クランプリュス）

…スをカットソー
¥[illegible]940
➲裾にベージュのかぎ針編みレースをトングし、ブラウンに可憐さを。★カット…／ギャラリードポップ（ブードゥドゥ）

ワンアフターアナザー ナイスクラップのニット

¥3465
➲甘辛MIXに重宝するグレイのドルマン袖。
★ニット／ワンアフターアナザー ナイスクラップ ★バッグ（縦20cm×横45cm×マチ14cm）¥5880／ナチュラルビューティーベーシック スカート¥13440／ジョリー ブティック（ジョリー デイズ） ブーツ¥45150／ラトータリテ ルミネ北千住店（スタリオーニ） ネックレス¥5040／スピック&スパン ノーブル ホーンヒルズ店

これも買える！

ヒョウ柄も!

クランプリュスの
リボンつきニット

¥2940
➲フロントギャザーからの落ち感がニュアンスを与える、ゆるめシルエットの長袖ニット。背中の立体的なBIGリボンがさりげなく可愛さをアピール。3000円を切るお値段にも驚き！
★ニット／イトキン（クランプリュス） パンツ¥11340／スパイラル ガール

前はこう!

¥5460
➲大人っぽいピンク。
★ネックウォーマーつきニット／オンワード樫山（ディップドロップス） スカート¥3990／ナチュラル クチュール バッグ¥46200／スピック&スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店（マニア） ネックレス¥4725／ビームス銀座

着たのはコレ!

ディップドロップスの
ネックウォーマーつきニット

¥3990
➲背中にはゴールドのピコレーストリム&クリアビジューのボタンをデコレーション！ ベーシックなフロントとのギャップを楽しめる、サプライズなデザイン。
★ニット／アース ミュージック&エコロジー新宿 スカート¥6195／スパイラル ガール

前はこう!

アース ミュージック&エコロジーのビジューニット

蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

リッチに映える柄と素材に注目!

ワンピース

ちゃん's EYE

"主役デザイン"は、4ケタワンピの鉄板ルール! ベースが大人めな色を選ぶとよりリッチ感が増します!

アース ミュージック&エコロジーの フーディニットワンピース

ブードゥドゥの レースワンピース

ディップドロップスの チェックワンピース

195

クラインと裾の切替えで、チェック柄を洗練。★ワンピース/オンワード樫山(ディップドロップス)

コーエンの ニットワンピース

¥5985

ノルディック風柄が存在感大。トグルボタンや真ん中ポケットなど、キュートなディテールも注目! ★ワンピース/コーエン

ワンアフターアナザー ナイスクラップの 花柄ワンピース

990

小花柄ワンピの裾にフリルをたっぷり。ワンピース/ワンアフターアナザーナイスクラップ

ブードゥドゥの プリントワンピース

¥5985

手描き風のビジューイラストと色合いの組み合わせがおしゃれ! ★ワンピース/ギャラリードポップ(ブードゥドゥ)

グレイも!

これも買える!

¥5995

ネイビーニットの胸もと&袖にウォーミーなノルディック風柄をあしらい大人可愛く仕上げた一枚。袖口に絞りをきかせてボリューム感を強調したスリーブも好ポイント。★ワンピース/アース ミュージック&エコロジー新宿 ★ブーツ¥7245/ジェリービーンズ(ミンクス) マフラー¥8925/オンワード樫山(ローズブリット)

¥7980

女性らしさが際立つピュアホワイトの総レース。★ワンピース/ギャラリードポップ(ブードゥドゥ) カーディガン¥25200/ハニー ミー ハニー ブーツ¥26250/ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ(グッユ ディ マル) バッグ¥15750/デュアルスレッド 有楽町マルイ店(モゾーー) ネックレス¥29400/アーカー 神南本店(アーカー ブラン)

着たのはコレ!

アース ミュージック&エコロジーの ボーダーワンピース

これも買える!

¥5995

オフタートル部分をは…★ワンピース/アース ミュージック&エコロジー新宿 ★バッグ(縦28cm×横45cm×マチ13cm)¥8295/サック ブーツ¥27300/モード・エ・ジャコモ(カリーノ) ネックレス¥4935/シップス ジェットブルー 福岡店

クランプリュスの 花柄ワンピース

¥5040

軽快かつ優雅な雰囲気が演出できるシフォン×バタフライスリーブ。ミニ丈なので、レイヤードしてもバランス美人♪ ★ワンピース/イトキン(クランプリュス) ニット¥2940/Ropé Picnic パンツ¥29925/ローガールズ(Sixy) ブーツ¥8998/アース ミュージック&エコロジー新宿 ネックレス¥12600/イマノエル

トピックラックスの スタッズつきワンピース

¥5995

肩ストラップとポケットにスタッズを飾り、カジュアルなジャンスカを辛口にシフト。インナーや、はおり次第でいろんな着こなしができそう。★ワンピース/トピックラックス 新宿 カットソー¥4725/スパイラルガール ブーツ¥14700/グランカスケードインク(ジーシー) バッグ¥23100/VIS ネックレス¥13650/イマノエル

アース ミュージック&エコロジーの スパンコールワンピース

¥5995

上品なグレイ×繊細な輝きで脱・ベーシック! ★ワンピース/アース ミュージック&エコロジー新宿 インナーのワンピース¥26250/オプティチュード 青山店 ブーツ¥31500/ザ・ファースト スタイル有楽町マルイ店 バッグ¥22575/ジ… ネックレス¥…

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

売れまくり安リッチアイテム、追加オーダーしました!

Special!

丸ちゃん's EYE

今季、大HITを飛ばした安リッチ服と小物を追加オーダー&キープ！どれも値段を疑うほどのクオリティ！

ナチュラルビューティーベーシックのビジューつきフラットシューズ

¥4830

店頭に並んだ瞬間売れるフラット靴に、待望の進化バージョンが。大粒ビジューが最高リッチ！
★フラットシューズ／ナチュラルビューティーベーシック　カーディガン¥4935／ブーラフリーム　カットソー¥4725／スパイラル　ガール　パンツ¥15750／バンソー　表参道店　ヘアアクセサリー¥6300／ジョリー　ブティック

黒も!

蝴蝶网
hudie.com

ブーラフリームのフェイクレザーブルゾン

黒も!

¥6930

見た目、質感ともに本革級でこの価格！　着回しやすいシンプルな形と色合いも人気の秘密。
★ブルゾン／ブーラフリーム　スウェット¥5985／リミットレス　ラグジュアリー　立川ルミネ店　パンツ¥11550／チャオパニック原宿店　ヘアアクセサリー¥3990／ビームス銀座

コーエンのマフラーつきニット

¥4935

売れ売れボーダーニットにリブ編みのフード&ポケットつきマフラーがついた！　単品でも幅広～く着回せて4000円台！
★マフラーつきニット／コーエン　パンツ¥13650／スピック&スパン　仙台パルコ店　パンプス¥16800／ザ・ファースト　スタイル有楽町マルイ店（ピープル）　ネックレス¥15225／ローガールズ（エティカ）

着たのはコレ!

ディップドロップスの星柄カーディガン

グレイも!

¥4095

MORE!に掲載後、問い合わせが殺到したハイゲージの星柄。シックなカラーと人気モチーフの大人可愛い共演がポイント♡
★カーディガン／オンワード樫山（ディップドロップス）　ブラウス¥29400／バンソー　表参道店　ショートパンツ¥11550／ビームス銀座

ワンアフターアナザーナイスクラップのドルマンニット

¥3465

万能な黒をドルマン袖やBIGシルエットで、旬顔に。アレンジ自在な逸品。
★ニット／ワンアフターアナザー　ナイスクラップ　シャツ¥5491／トピックラックス　新宿　スカート¥3990／ブーラフリーム　ティペット¥6825／アパートバイローリーズ

着たのはコレ!

クランプリュスのチェックワンピース

着たのはコレ!

¥3990

ワンピで、チュニッ…
て、はおりで。本気で…
える大人配色。
★ワンピース／イトキ…
（クランプリュス）…
ーディガン¥5995／…
ハイフンワールドギャ…
リー　原宿　ブーツ¥…
90／ローズ　バッド…
ォーヴォ）　帽子¥11…
／ジョリー　ブティッ…
（ハットアタック）…
イツ¥945／アツギ

GET MORE!
http://getmore.jpで今すぐアクセス!
12/1(火)までにご購入されたお客様限定で送料無料キャンペーン実施中!
詳しくはサイトをご確認ください
■通販開始　11／27（金）17：00～
■…切れ次第通…
…ご注文は…から24時間OK
http://getmore.jp　…
■お支払方法　代金引換（商品到着時に現金でお支払いください。手数料は一律¥300（税込）です）。またはクレジットカード（VISA・MASTER・JCB・AMEX・ダイナース・DMC）でお支払いください。
■配送料　全国一律¥525（税込）。お買い上げ総額が¥21000（税込）以上の場合は無料です。
※商品ご購入の際には「集英社　FLAG SHOP」での会員登録（無料）をお願いいたします。取引の詳細につきましては（http://swfs.jp/guide/）でごらんいただけます。弊社個人情報の取り扱いについては（http://swfs.jp/privacy/）をごらんください。
●問い合わせ先／集英社　FLAG SHOP
0120・253100
（携帯電話、PHSからは☎044・952・7926）
受付時間：平日AM10～PM5

慧美网
vimee.net

楽天 ichiba
MORE×楽天
コラボも絶好調!
現在、「楽天市場」上に「GET MORE！」が期間限定で出店中！　楽天の人気商品を編集スタッフやモデルが厳選してオススメするスペシャルコンテンツも登場！
楽天サイトご利用上の注意
「楽天市場」で紹介している商品は完売している場合もありますので、予めご了承ください。商品や買物方法につきましては、サイト上の各ショップへお問い合わせください
ケータイサイトはこちらから

蝴蝶网
hudie.com

おしゃれしながらちゃっかりエコを楽しむ!

自分も地球もHAPPYになる シチズン クロスシーの新作ウオッチ

シチズン クロスシーの新作は、こだわり満載のスタイリッシュなデザイン。また、すべてのモデルが環境に配慮した光発電"エコ・ドライブ"を搭載しているから、太陽光や室内照明で充電できて、電池交換がいらないのもうれしいポイント。毎日使うウオッチで、おしゃれを楽しみながらさり気なくエコしちゃおう。

撮影／長沼GaKU　スタイリスト／田中ゆかり　構成・文／Digital Lights

気分にメリハリをつけて 仕事も遊びも上手に楽しむ！

(上)合わせる服の色を選ばないシルバー×ホワイトの色合いで、コーデに取り入れやすい。また、オンとオフの切り替え上手な女性をイメージして7時から12時までの間にアクセントカラーをデザイン。「クロスシー XCB38-9101」¥47250 (中央)ピンクの文字板が手もとに女性らしさを添える、華やかなウオッチ。甘さをおさえた、シルバー×ピンクゴールドのベルトで、オフィスシーンにも使える上品なかわいらしさに。「クロスシー XCB38-9102」¥49350 (下)文字板にさりげなく施されたストライプパターンときらめくインデックスがポイント。ゆるやかなカーブを描く洗練されたケースラインと、シンプルなベゼルがモダンな印象を与える。「クロスシー XCB38-9113」¥49350 シチズン

慧美网
vimee.net

…わせ先／シチズンお客様時計相談室
…20・78・4807　http://citizen.jp/xc/

サインが
見えてからでは
遅すぎる!?

そろそろ本気で……

老けないカラダ!

アンチエイジング活動
「アン活」のススメ

「老化なんてまだ関係ない」と
思ってたら、大間違い。
「老け」は25歳から始まっていた!!
20代のキレイをキープし続けてい
大人の女性だけが、実践している
アンチエイジングのオキテとは?
今から始めれば、まだ間に合う!

取材・文／野々山幸　平田桃子　本誌編集部　撮影／朴玉順（cube）　内田優子　織田桂子（ナオ、山田みお分）　菊地　哲（木下ココ分）　フルフォード海（竹下玲奈分）　田渕睦恵　高橋依里　ヘア＆メイク／荒川たつ野（ヌーデ／竹下玲奈分）　森ユキオ（News／木下ココ分）　吉岡美幸（ナオ、山田みお分）　吉森香織（水野さん分）　藤原優子（マスキュラン／落合恭子分）　モデル／落合恭子　山田みお（2人ともモアモデル）　竹下玲奈　ナオ　木下ココ　スタイリスト／石井大介　イラスト／Takako

蝴蝶网
hudie.com

「20代より今のカラダが好き

水野美紀さん（女優
35歳!

慧美网
vimee.net

美の達人は**老けない魔法**を知っている!

勝田小百合さん
カイロプラクター
41歳

伊達友美さん
ダイエットカウンセラー
42歳

高橋ミカさん
エステティシャン
38歳

千葉麗子さん
ヨーガ・インストラクター
34歳

浜中聡子さ
医学博士
35歳

水野美紀さんの老けないオキテ

「30歳前後でカラダのケア法を考え直した」と語る水野さん。年齢を重ねるごとに美しくなる。そんな大人になるための秘訣とは?

"足し算"のケア方法でいいものをどんどん摂取!

ほどよく筋肉がついたボディと、つや肌が印象的な水野美紀さん。

「実は20代前半は本当に無頓着で、何もしていなかったんです。もともと体力はあるし、肌も丈夫だったから洗顔後は化粧水だけ、なんてことも。でも、20代後半から、きちんと眠っていてもくまが取れなかったり、肌が乾燥したり、肩こりがひどくてなおらなかったり……と、次々に不調を感じるようになりました」

それ以来、本格的に食生活やケア方法を見直し始めたのだとか。

「いいと聞いたものはすぐに試して、いろいろな方法に挑戦しました。単品ダイエットのようなものもやってみたけれど、私には、"引き算"よりも、いいものを"足し算"する方法が合っているみたい。栄養を補うプロテインをとったり、食事の前に野菜ジュースを飲むようにしたり。今は何かを我慢するよりも、補う方法を取り入れてます」

最近では、「20代の頃よりも今のほうが健康的」だと感じるそう!

「以前よりも自分のカラダや肌の調子を敏感に感じるから、何か不調があればすぐに対処できるようになりました。20代前半は冷え性に悩まされたけれど、今はエアコンの効いたスタジオでもタンクトップ一枚でいられるほど全身ポカポカ(笑)。むくみや便秘も解消しました。20代後半から30代は、手をかけただけカラダが

身のこりは絶対ためない!

20代前半は、マッサージ師さんから"このままだと病気になる"と言われるほどの、ひどい肩こりだったそう。「いちばん効くのは運動。"ボディメトリクス"(ピラティスに似た、マシンで行うストレッチ)や"加圧トレーニング"で、かなり肩の張りが取れました。ジムに行けない日も、ジョギングやウォーキングでカラダをほぐすようにしています」

どんな時でもホットドリンク!

とにかくカラダを冷やさないように気をつけているそう。「冷やすとカラダが滞って、肩こりの原因にも。基本的には常温の飲み物か、白湯、スープなどの温かいものを飲むようにしてます。家で食事をとる時は、野菜スープやひとり鍋が大活躍。適量の一味唐辛子や『タバスコ』など、カプサイシンもとって、常にカラダを冷やさないよう気をつけています」

栄養補助食品を利用する

ダイエットや体調維持のために、栄養補助食品を利用。「カラダを引き締めたい時は、1食抜くのではなくプロテインに替えています。プロテインは、舞台稽古でカラダを動かす前にとることも。舞台の本番前など、集中したい時には『アミノバイタル』、アクションの練習の前には脂肪を燃焼させる『バーム』。目的によって種類を変えています」

食べる順番を厳守する

食事の時に気をつけているのが、"食べる順番"。「スープやお茶などを最初に飲むと、カラダも温まるし、お腹を少し満たしてくれるので、満腹まで食べずにすむんです。その後、生野菜→漬け物や納豆などの発酵食品→たんぱく質→炭水化物の順番で食べていきます。スープなどがない場所で外食する時は食前に野菜ジュースを飲むのもオススメです!」

rofile

すの・みき●1974年6月日生まれ。主宰する演劇ニット・プロペラ犬の第回公演『サボテニング』赤坂RED/THEATERにて、12 6日まで公演中

39ページ] サロペット¥34650/ATO 青山店
40ページ] カットソー¥9975・ショートパンツ¥23100/ 青山店 靴¥11550/PR01.(merissa+Karim Rasid)

nudie.com
慧美网 vimee.net

教えて! そもそも老けるってどういうこと?

蝴蝶网 hudie.com

意外と知らない「老化」の仕組みを、エイジングの専門家がわかりやすくレクチャー!

老けない方法はあるんです!

教えてくれた先生
浜中聡子さん
『AACクリニック銀座』院長

国際アンチエイジング医学会アンチエイジング医学専門医。『NPO法人アンチエイジングネットワーク』顧問なども兼任するエイジング治療のプロ

20代の半ばにはもう老化が始まっています!

「実は人間の細胞は20歳~25歳がピーク」と、浜中先生からいきなりの衝撃発言が。25歳を過ぎたらカラダのはりも肌のつやも諦めるしかないの?

「いいえ、努力次第で老いを遠ざけ、若さを保つことは可能です!

そもそも〝老化〟というのは、細胞が衰えることで組織や臓器、筋肉などの身体機能が低下したり、肌にくすみやシワができる現象のこと。老化の原因は諸説あり、いまだにはっきりわかっていませんが、老化するスピードに個人差があることは間違いありません。ですから健康なカラダで肌もベストな状態の20代のうちから、きちんとアンチエイジングすれば、キレイはキープできるんです」

では、若さを保つために、具体的には何をすればいいのでしょうか?

「20代後半からやっておくべきこととして、ひとつ目はカラダを〝冷やさない〟ようにすること。〝冷えは万病のもと〟といわれるように、冷えが生じると、まず血流が悪くなります。すると酸素や栄養が細胞まで行き渡らなくなり、細胞はどんどん衰え、結果的に老けがとても進行しやすいカラダになってしまいます。

ふたつ目は、腸に〝ためない〟ようにすること。カラダにたまった老廃物や環境ホルモン、重金属などの毒素の約75%は大便から排出されます。便秘とは体内に毒素をずっとためたままの状態。その毒素がやがて体内に充満し、代謝機能の低下や免疫力の衰えを招く。はっきり言ってアンチエイジングには最悪の要素です!

最後に、カラダの外側からのアプローチとして、顔やカラダを〝たるませない〟ことも重要です。加齢とともに筋力は自然に衰えていくもの。顔をできるだけ動かして表情筋を鍛えるなど、普段使わない部分の筋力を意識的に鍛えるトレーニングはアンチエイジングに非常に効果的です」

モア世代の女子にとって、今から絶対にやっておくべきことは、〝冷やさない〟〝ためない〟〝たるませない〟、の3つであることが判明。

次ページから、老けないための具体的な対処法を紹介します!

浜中聡子さんの老けない生活

しぼりたての生ジュースを毎日飲む

「毎朝、りんごやにんじんなど野菜や果物を丸ごとしぼって飲んでます。老けないためにはビタミンをしっかりとることも大事。肌の調子も断然よくなりますね」

一日30分、水泳で全身運動を

「4年前から水泳を始め、ほぼ毎日、朝30分ほど泳いでから仕事に向かいます。運動をする前に比べ、汗のかきやすい代謝のよいカラダになりました」

結論 老けないためにやっておくべきことはこの3つ!

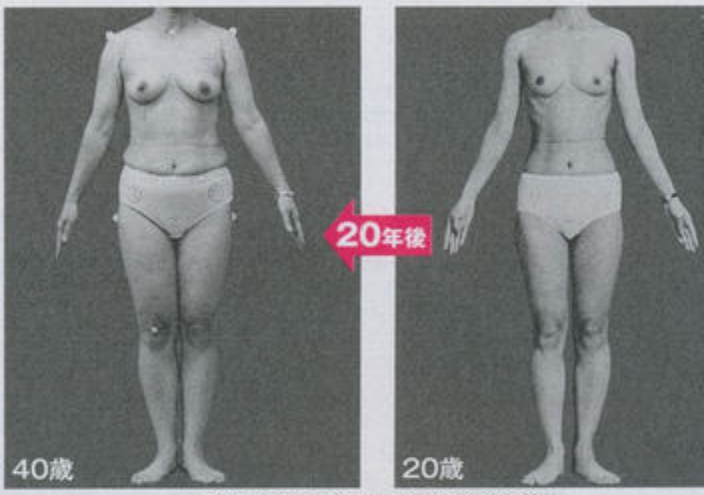
オキテ1 **冷やさない**

オキテ2 **ためない**

オキテ3 **たるませない**

放っておくとこんなに老ける!

30歳の顔から20年後をシミュレーションすると、ほおがたるんで輪郭が変わり、目もくぼんで、まったくの別人に。写真提供/ポーラ



こちらはなんと実際にカラダの変化を20年計測した本物の写真。40歳の写真は脂肪がたっぷり、同一人物とは思えない。写真提供/ワコール

読者に聞きました! 私が老けを感じる時

ちょっとケアを怠るだけで肌がカサカサに
27歳・公務員

うっすらほうれい線ができているのを見つけた時
28歳・事務

妹と自分の"すっぴん"を比べた時
25歳・医療事務

目の下のくまが消えづらくなった時
27歳・サービス業

あきらかにお尻の肉がたれてきた
29歳・看護師

20歳の頃と同じ量を食べると太るようになった……
26歳・営業

慧美网 vimee.net

絶対、冷やさない

話題沸騰！白湯を飲むだけで、カラダが変わる!?
大人気のしょうがアイテムも見逃せない！

×ダ&超簡単！脱"冷え"には白湯(さゆ)が効く

教えてくれた先生

千葉麗子さん
会社経営／インテグラル・ヨーガ・インストラクター
出産を機に始めたヨーガで、インストラクターとしても活躍。ヨーガと、女性の美について講演活動も展開中。白湯飲みダイエットを広めた第一人者。■http://ameblo.jp/iyoga

「白湯」＝沸かしたお湯を飲むだけで冷え知らず！

大流行の白湯飲みを世に広めた千葉さん。10歳のお子さんがいるとは思えないピカピカのお肌は、ヨーガライフに取り入れた白湯のおかげだそう。お湯を飲むだけで、カラダがしんから温まる。白湯って、スゴイ！

「カラダの内部の温度は40度前後。その温度以下の飲み物をとると、胃や腸など内臓機能が低下し、しんから冷えてしまいます。代謝が悪くなるから、お肌もカサカサに！ そんな冷えて乾いたカラダを穏やかに温めてくれるのが、人肌より少し温かい50度前後の白湯。お茶と違い、刺激物やよけいな成分が一切含まれていないから、体内に熱だけを運んでよけいなものは体外に排出してくれる。カラダに最もやさしい液体なんです」

ほかにもうれしい効果はたくさん。「脂肪を燃やす基礎代謝がアップするので、カラダがやせ体質に変わっていきますよ。10代にいろんなダイエットに挑戦した私も、白湯を続け

イエット&肌効果も！

熱は、運動して生じたエネルギーように内臓の働きを高め、脂肪をます。つまり、ダイエットにもマまた、血流がよくなることで皮膚物が排出されるので、乾燥肌が解るなど、美肌にも効果アリ！

内臓から温めるから、代謝も免疫も上がる！

白湯の温度で胃や腸が刺激されて、内臓の働きが活発に。免疫力がアップして、血液がサラサラになるので、アンチエイジングには効果絶大。また脂肪を燃やしてくれる基礎代謝も上がるので、飲み続ければ冷え知らずのカラダに！

水道水でOK！道具もお金も必要ナシ

沸騰させて臭みや不純物を取り除くので、水道水でも問題ナシ。逆にミネラルウォーターよりも、一度沸騰させたお湯のほうがカラダへの浸透率がいいのだそう！どうしてもミネラルウォーターを使いたい場合は、軟水を選んで

How to 白湯

カンタン！シンプル！道具いらず！
楽ちん白湯の作り方&飲み方。

1. やかんに水を入れてお湯を沸かす

水道水をやかんに入れ、火にかける。沸騰したら、最低3分以上はそのままグラグラさせて

2. 3分以上たったら……火から下ろしてさます

少しさましてからカップに白湯を注ぎ、人肌より少し温かい温度（40〜50度）になったか確かめる

ながら飲みはしない。時間をかけてじっくりと

い白湯がカラダにしみわたる感じながら、10分くらいかけとロずつ飲むのがベスト

Q 電子レンジで加熱しちゃダメ？

レンジは電磁波で温めるので、水の分子を分解してうことも……。一度、沸騰させたお湯を飲むのが理けど、どうしてもお湯を沸かす時間がない時は、ポで沸かしたものでもOK！

Q 白湯は飲みにくいのでお茶でもOK？

ェインが入っているコーヒーや紅茶、[illegible]はダメ。を温め、カラダの中から体温を上げるには、水分以何も入っていない白湯がベストです。どうしても飲くい人はしょうがやハーブ[illegible]てみて

Q 一日何杯でも飲んでいいの？

3〜4杯飲めば、十分です。体質によっては、飲みるとお腹を壊してしまう人も。水太りのタイプの人くむ場合があるので、飲みすぎには注意して。理想朝・昼・夜ごとに1杯と寝る前に1杯、計4回です

冷えの救世主 しょうが がまた熱い！

コブラのポーズ
↑うつ伏せになり、手は胸の横につけて、顔を正面に向け、両手で床を押し、息を吸いながら上半身を反らす。自然の呼吸でしばらくキープした後、息をはきながら戻ります

魚のポーズ
↓仰向けに寝て、お尻の下に両手をおく。ひじで上体を支えながら頭頂部を床につけ、自然の呼吸で胸を反らしてキープ。ゆっくり戻ります

+αのオススメヨーガ

千葉麗子さんの**老けない生活**

意識的にカラダを反らせて、胸を張る
「24歳でヨーガを始めた時、今までの自分は、何をするのも猫背の姿勢だな〜と実感。それから、意識的にカラダを反らせて、胸を張るポーズをとるようにしています。猫背の姿勢でいると、内面まで内向きになってしまうんですよ。ヨーガを続けることでカラダだけでなく気持ちも前向きに変わりました。見た目の老け対策にもつながっていると信じています！」

白湯と同じく、しょうがはカラダの内側から冷えを取る万能食材！「今日はカラダが特に冷えているな〜と感じたら、しょうがを皮ごとすりおろして、白湯にプラスして飲みます。ものすごく辛いけど、白湯との相乗効果で、カラダの中から温まるし、発汗作用があるので、二日酔いにも効果的。ぜひ、試してみて！」千葉さんも白湯にプラスして積極的にとるようにしているしょうがは、食品のみならずコスメ業界でも注目の素材。この冬、新商品が続々登場しています。MOREセレクトの選りすぐりアイテムをご紹介！

オススメしょうがアイテム

カラダの内側から温めてくれるしょうがパワーで、今年の冬はポカポカ体質に。

辛い分、しょうがの効能もつまってる

わやかな香りと辛みの強さが特徴の金時しょうが。[illegible]薬味としてうどん、料理、[illegible]に振りかけて食べてもおいしい。[illegible]粉生姜（微粉タイプ）100g ¥29[illegible]／[illegible]村農園

フリーズドライだから、お湯で溶かすだけ！

しょうがをメインにレモンとはちみつをプラスした、フリーズドライ製法の"具入り"レモンしょうが湯。[illegible]い飲み口なので、しょうが初心者にオススメ。檸檬しょうが湯（[illegible]g×4袋）¥315／森永製菓

佐伯チズさんも大ファンです！

高知県土佐市のしょうがを薄くスライスして、黒糖などをコーティング。そのまま食べても、ヨーグルトや紅茶に入れても美味！　スナック感覚で食べられる手軽さが人気。生姜でPo　60g ¥389／イトク食品

ランチで大人気！冷え知らずさんシリーズ

働く女性のために開発した、しょうがを使ったけんちん汁風の汁もの。根菜メインの具材がたっぷり入って食べ応え十分でありながら、66kcalと低カロリーなのがうれしい。『冷え知らず』さんの生姜けんちん汁風¥168／永谷園

しょうがドリンクで脂肪燃焼もサポート！

ショウガ科の植物・マニゲットの種子（通称：天国の種）を配合。唐辛子のカプサイシンより辛みが少なく、ダイエット効果も期待できる。運動前に飲んで。引き締めジンジャー（ドリンク）¥210（価格は編集部調べ）／カネボウ化粧品

塗った瞬間からカラダがポカポカ

モイスチャー効果の高いジンジャー入りボディクリーム。入浴後、マッサージするようになじませれば、カラダの内側から温まるのを実感。ジンジャー　スフレ　ウィップト　ボディ　クリーム200ml ¥4725／オリジンズ

杉原真規子さん

足の先までポカポカ……。カラダの不調も改善！

「ひどい冷え性で、冬は厚めの靴下をはかないと寝られないほど。なのに変わりました！　白湯はもちろん、しょうがも毎日食べたので、いつでも全身がポカポカ。寝る時、必須だった靴下をはくのを忘れてしまったくらい。足先の冷えも解消されました。腹痛も感じなくなりカラダ全体が快調です」

After		Before
35.6℃	右手	34.9℃
35.7℃	左手	35.1℃
29.2℃	右足	26.2℃
28.3℃	左足	25.4℃
35.8℃	お腹	35.2℃
36.8℃	体温	35.8℃

右手の温度は+0.7度、右足にいたっては3度も温度が上昇！　足先が冷えるのが悩みだった杉原さんも大喜び。「開始2日目から効果を実感！　靴下いらずで、毎日安眠できています」

↑ひき肉にチューブのしょうがを混ぜて、ピーマンの肉詰めに

↓10分早く起きて、朝の白湯を実践。肌荒れも解消された気が

↓「金時粉生姜」の粉末を紅茶に入れてみた。少し辛いけど、足の先まで温かくなって、ビックリ！

↑スーパーでしょうがを購入。夜ごはんは皮ごとスライスしたしょうがをたくさん使ったポークジンジャー

hudie.com
vimeo.net

絶対、ためない

腸にたまった老廃物は、肌荒れやシミなど老化のモト。マッサージ&食事でスッキリボディに!

翌朝から効果実感! 腸マッサージで脱"便秘"

教えてくれた先生

高橋ミカさん
エステティシャン

サロン『ミッシィボーテ』主宰。ゴッドハンドとして知られ、有名人のマッサージも担当。著書に『高橋ミカの腸美人ダイエット』(幻冬舎)

肌は"腸を映す鏡"。腸にため込むと老ける!

「便秘によって、カラダはどんどん老けやすくなる」と高橋さん。

「便秘になると腸壁に不必要なものがどんどんたまってしまいます。ひどい人は、腸壁に3キロ(!)もの老廃物をため込んでいることも。腸が滞ると、シミ、たるみ、毛穴のつまりなどの原因にもなります。実は私も学生時代、ひどい便秘体質でした。太りやすくて、肌荒れもひどかったあの頃、サプリを30種類とってもキレイなカラダになれなかったのは、腸のせいだったんです」

腸のつまりを解消するのに最適なのが、"腸マッサージ"。

「マッサージで腸のぜん動運動が活発に。夜寝る前に5分行うだけで、翌日からお腹がやわらかくなって、効果が実感できるはずですよ」

> 高橋ミカさんの老けない生活
>
> "黒い食べ物"を、毎日食べる
> 「玄米、わかめや昆布などの海藻、黒豆など"黒い食べ物"はビタミンやミネラルが豊富でカラダにいいことずくめ。3食の中で1食は、必ず黒いものをとるようにしています」
>
> 入浴は毎日2時間が日課!
> 「お風呂でいっぱい汗をかくことで、老廃物が出されます。マッサージをしつつ、毎日2時間は入浴します」

バスタイムの10分で簡単・腸マッサージ

風呂の中や入浴の直後など、体が温まった状態で行うと効果がアップ!

スタイムなら倒にならない

サージをするには、呂に入ってカラダがった時がマル。「入なら、湯ぶねにつか背中を少し丸めると、に指が入りやすいはもちろん、入浴後にてもOKです」

クリームかオイルを使用

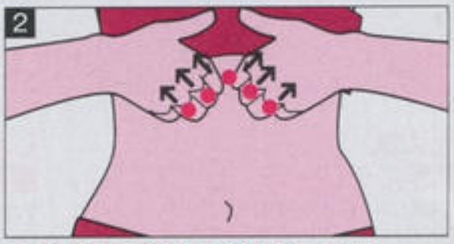
すべりをよくすると、マッサージ効果がUP!「クリームやオイルなどをつけるのがオススメ。バスタイムに行うのであれば、カラダを洗う時のボディソープで、そのままマッサージしても」

力を入れて強めに! Point

便秘解消のためには、ある程度力を入れて行って。「"イタ気持ちいい"ぐらい、強めに押すほうが効果的。第一関節が埋まるぐらい、指をしっかりお腹にめり込ませてマッサージを」

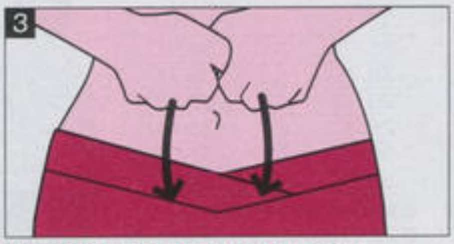
円を描いて流れをスムーズに

両手の人さし指、中指、薬指で、おへその斜め上を押さえて、そのままおへそを中心に、円を描くようにぐるっと1周させる。老廃物をほぐすようにゆっくりと。計10回



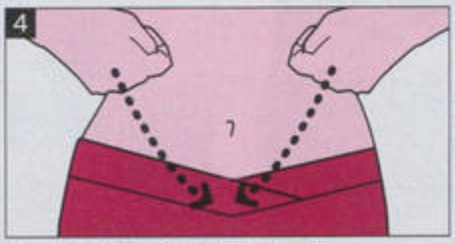
みぞおちを押すことで消化をサポート

両手の人さし指、中指、薬指の第2関節をみぞおちに当てて、斜め上方向にろっ骨を開くようにマッサージ。胃への刺激で消化をサポートして、便通にも効果大。計10回



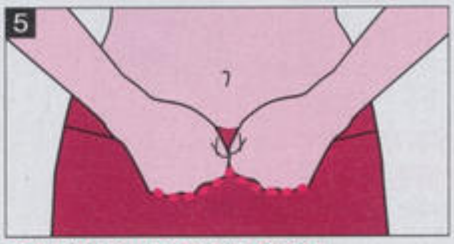
おへその延長線上にある小腸を刺激

両手をグーにしてくっつけたまま、へその上から恥骨に向かって、流すようにマッサージする。へその上から、手をスライドさせるイメージで。計10回繰り返す



グーでしごき下ろして腸内を一掃

両手をそれぞれグーにして、腰骨の溝に置く。斜め下の恥骨の脇に向かって、しごき下ろす。逆ハの字を描くイメージで押し流すように。計10回行う



恥骨脇のリンパに老廃物を流す!

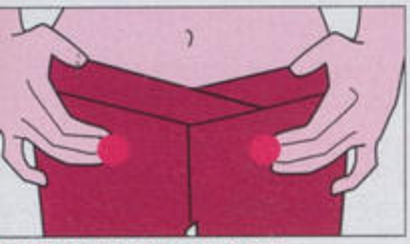
恥骨の脇に向かって押し流したら、最後に少し力を抜いてやさしく押す。恥骨の脇には老廃物のごみ箱となるリンパがあるので、必ずここまでしっかり流すこと

ぽっこりお腹の原因をマッサージで撃退

両手をグーにして、ウエストのくびれに並べて置く。そのまま、正面を通って反対側までスライド。ぽっこりお腹の原因になる横行結腸を刺激する。左右で各5往復行う

エストのぜい肉をしぼって落とす!

の上に親指を置き、残りの指を下腹の上に。ウエストさむように逆ハの字をつくり、斜め下のそけい部に向て、手をスライド。ぜい肉をえぐるように、計10回



けい部のリンパのつまりを解消

し指、中指、薬指の3本で、そけい部を軽く広げるよ刺激。指の腹で、小さく引き上げるようにして。そけへの刺激で、リンパのつまりを解消。5~6回

けい部…すり…して老廃物を流す

以外の指を曲…、4本の…第2関節で…右てそけを上下にさす!…廃物を流す。イタ気持ちいいくらいが最適だけど、痛い人は少し弱めても。計10回

慧美网 yimee.net

その思い込みNG! ためない食生活の新常識

伊達友美さん
ダイエットカウンセラー

管理栄養士の資格を持ち、これまでに3000人以上の減量指導を経験。著書に『毎食ひとふり　オイルでやせる！』（KKベストセラーズ）

"油不足"や"冷え"でため込みやすいカラダに

「20代女性が好きな食べ物は、カラダへの負担が大きい」と伊達さん。「人間のカラダは自然に近い形のもののほうが消化吸収しやすいんです。たとえば、"粒"のお米より、麦を"粉"にした小麦粉は腸にたまりやすい。パスタやパン食が多い人はそれだけでため込みやすいカラダといえます」

また、間違った思い込みで、不健康な食生活を続けている人も。

「"油は太るからダメ"だと思いがちですが、いい油は便通をよくしてくれます。また、"便秘には野菜が必要"だからと青汁などカラダを冷やす食材をとりすぎてしまう人も。食べる時は、今カラダが何を欲しているかを感じることが大切です。私も20代の頃は今より20キロ太っていたのですが、食生活を変えてやせたら、ニキビなどの肌荒れも改善しました。カラダの中からキレイにすることで、必ず老けは防止できます！」

伊達友美さんの老けない生活

いい油をたくさんとる!
「質のいい油は、便通をよくするほか、女性ホルモンや脳にもいい影響が。また、起きぬけに白湯を飲むとカラダが温まるので、なるべく毎日飲んでいます」

"ながら"でスクワット50回
「歯磨きをしながらつま先立ちをしたり、髪のトリートメントをしている間にスクワットを50回したり。無理なく続けられる"ながら"運動をしています」

赤身のお肉で脂肪の代謝をUP

"お肉はカロリーが高い"と避けてしまいがち。「牛や豚の赤身のお肉は、脂肪の代謝をUPさせてくれるのでカラダが温まりやすく、カルニチンや鉄分も豊富。女性に必要な栄養が満載なので、ぜひとってほしいですね。ヘルシーだと思われている鶏肉（ブロイラー）は、実は女性に必要な栄養分が少なく、悪い脂を蓄えている場合も。食べるなら地鶏を」

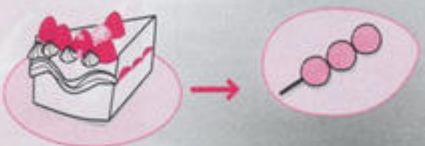
"いい油"をとることで便がスムーズに出る!

質のいい油をとることでため込まないカラダに！　「オメガ3という脂肪酸を含んだ油は、内臓の潤滑油になって、便秘で腸内にたまった便をスムーズに出してくれます。生の魚や、くるみ、栗などに含まれているので積極的にとってください。また亜麻仁油、しそ油、えごま油を加熱せずにそのままサラダなどにかけて食べるのもオススメです」

NG

ヨーグルトは体質次第。カラダを冷やす寒天もバツ

"ヨーグルトは便秘に効く"と思いがちだけど……。「乳製品は日本人のカラダには合わないことが多いんです。個人差はありますが、同じ発酵食品ならキムチや納豆、漬け物のほうが便秘に効果的。また、食物繊維が多い寒天やアロエなどは、カラダを冷やすのであまりオススメできません。起きぬけのコーヒーもカラダを冷やすため、腸内環境を乱しがち」



→

お米や野菜などは自然な形で食べる

食べ物は、田んぼや畑から収穫した時となるべく近い形で摂取して。「主食がパスタやパンなど"粉物"メインの場合は、ぜひお米に替えてみて。甘いものも、粉やバター、砂糖を使ったケーキよりも、おだんごや大福、焼きいも、焼き栗、ナッツなど、なるべく原形に近いものを選んで。栄養重視の食材なら、甘いものも我慢せず安心して食べられます」

NG

水の飲みすぎは冷えやむくみの原因に

「"1日2リットルはミネラルウォーターを飲まなきゃ"と意気込んでいる女性が本当に多い！　でも、本来、水は"のどが渇いた時に飲む"ぐらいでいいのです。とりすぎるとカラダを冷やして、むくみの原因に。冷たい水分ではなく、スープ、みそ汁など、温かいものをとりましょう。特に白湯はオススメ。温まると腸がほぐれて、便も出やすくなる」

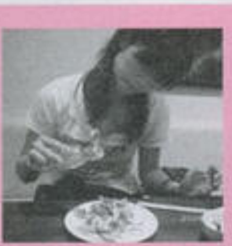
中野 梓さん（26歳・会社員）

即効性にビックリ! 2週間で一日1回の快便に

「気がつけば、便が3日間出てないなんて当たり前。ひどい時は、5日間出ないこともあったのに、今は一日に1～2回は便が出るように！　特に夜の腸マッサージは効きめバツグンで、やっている最中に便通がきてビックリ。即効性があるので、続けることがまったく苦になりませんでした！」

After	⇐	Before
49.7kg	体重	49.9kg
64cm	ウエスト	64cm
75cm	下腹部	79cm
16	みぞおちの硬さ	23
12	下腹部の硬さ	18

たった2週間で下腹部が－4センチ！　みぞおちと下腹部のこりも解消され、柔らかいお腹になったことがわかります。「ポッコリと出ていた下腹が、短期間で細くなってうれしい！」



⬆彼とデートでごはんを食べる時も、スープやサラダに亜麻仁油をかけます♪
⬇テレビを観ながら、腸マッサージ。すぐにトイレに行きたくなって、そのまま走ることも（笑）

調べたアイテムはコレ!
筋肉の硬さがわかる機械。数値が高いほどこっている。筋硬度計TDM-NA1 ¥47000／トライオール

絶対、たるませない

ほうれい線、シワ、二重あご……。
気づかぬうちに迫りくる顔のたるみは、これ…

一日10分! 顔筋トレで引力に負けない肌に

教えてくれた先生
勝田小百合さん
カイロプラクター

『ナチュラルカイロプラクティック』院長。自他ともに認めるアンチエイジング・オタク。著書『アンチエイジングの鬼プレミアム』(ワニブックス)。
■http://plaza.rakuten.co.jp/korrida/

表情筋を鍛えることでたるみ知らずの小顔に！

41歳とはとても思えない素肌の持ち主、勝田先生考案の顔筋トレは、表情筋を鍛えるためのトレーニング。「顔には24種類の筋肉がありますが、日常生活で使うのは30%程度。使われない表情筋はどんどん衰え、たるみやシワの原因に。意識的に顔の筋肉を動かすことで、たるみ知らずの引き締まった小顔になれます」

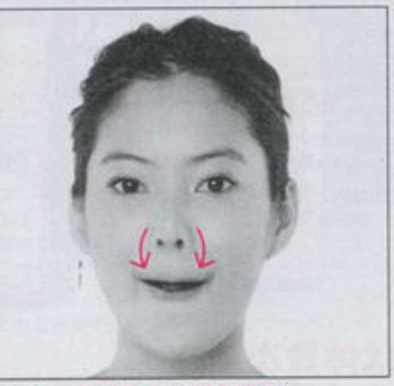
勝田先生の白くて透明感のあるお肌も、このトレーニングのたまもの。「トイレで座っている時や湯ぶねにつかっている時など、ちょっとした隙間時間に実践して効果を実感しています。実は20代の頃は、ニキビがすごかったんですよ。筋トレ以外にも食生活を改善したり、化粧品にもこだわってトラブル解消しました！」

田小百合さんの老けない生活

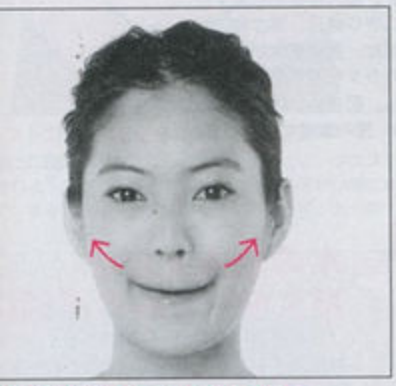
ラダを酸化させる食べ物をとらない
カラダを酸化させる食べ物は、肌や腸の細胞を壊して細胞の老化を早めるアンチエイジングの敵。添加物が入った食品や農薬を使った野菜、加熱された油などはできるだけ食べないようにしてます」

酸化力のあるものを食べる
緑黄色野菜や果物など、抗酸化力の高い食べ物は、酸化からカラダを守ります。若返り効果も絶大！」

ほうれい線を防ぐ



唇を上の歯に巻き込む
下を伸ばすように、上唇を巻き込む。顔の筋肉を意てゆっくりと行うと効果的！



角だけをキュッと上げる
1センチくらい開き、口角を左右に上げる。5秒キ。ほうれい線のラインをしっかり意識すること！

をすぼめて、チュウのポーズ
は口をすぼめたまま、前にとがらせる。2～3を10回繰り返し行う

下まぶたのたるみを防ぐ

1 目を見開いて、スタンバイ
まずは、軽く目を見開いて。この時、少しだけ口角を引き上げるように心がけると二重マル

Point
鼻の頭にシワを寄せる時に使う筋肉を意識して、目を細めていくのがコツ

2 下まぶたを使って、目を細める
目は見開いたまま、下まぶたを使って目を細めていく。5秒キープしたら力を抜いて、1～2を繰り返す

おでこのシワを防ぐ

1 目に力を入れて閉じる
ぎゅーっと力を入れて目を閉じる。この時、眉間にシワを寄せないように気をつけること。5秒間キープ

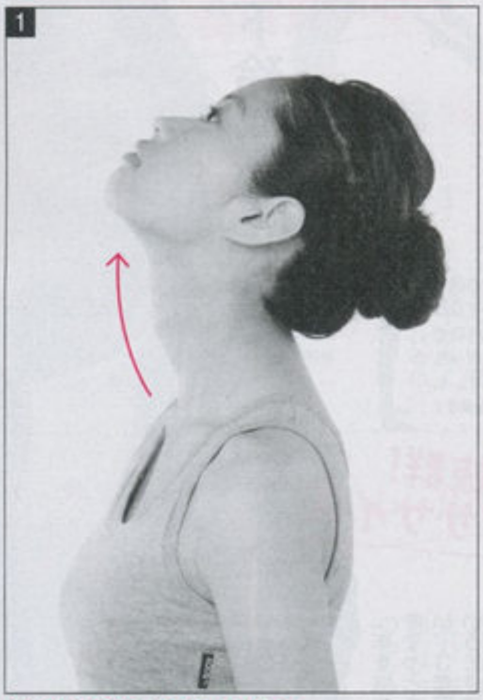
2 目を大きく見開く！
眉毛を上げるように、目を大きく見開く。5秒キープして力を抜く。1～2を10～20回繰り返して

Point

おでこに横ジワができる人は、シワの部分を手のひらで軽く押さえて、できるだけシワをつくらないように心がけて。鏡を見て、おでこをチェックしよう！

vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

首のシワを防ぐ



あごをやや上に上げる
ゆっくりと上を向く。この時、首の前面の筋肉が伸びるイメージで行うとマル

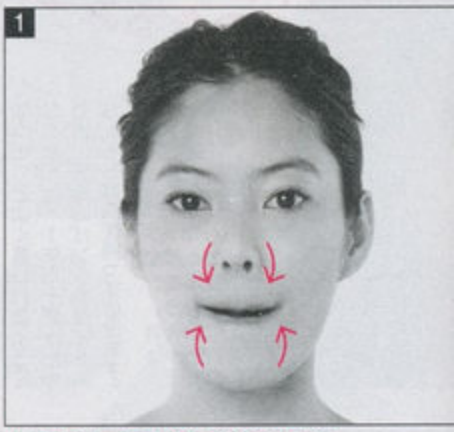
下唇を前に突き出す
頭を後ろに反らし、下唇と下あごを極限まで突き出す。5秒キープ。1～2を10～20回、交互に行う

二重あごを防ぐ

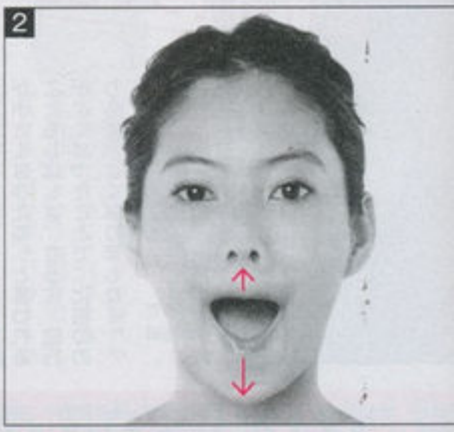
ゆっくりと上を向く
首を反らせるように、ゆっくりとあごを上げる。二重あごのラインを伸ばすイメージ！

舌をべーっと上に突き出す
頭を後ろに反らし、舌を上にできるだけ突き出す。5秒キープしたら、力を抜いて首をもとに戻す

ほおのたるみを防ぐ



上下の唇を歯に巻き込む
軽く口を開けて、上下の唇を全部歯に巻き込む。鼻の下とあ
の筋肉を大きく動かすように



巻き込んだまま、大きく口を開く
上下の唇を歯に巻き込んだまま、左右のほおが引き締まるよ
に、できるだけ大きく口を開く

口角を上げる→ゆるめる
口を大きく開いたまま、左右の口角を上げて、すぐゆるめる
これらの動きを交互に素早く、繰り返す

After	←	Before
55	右ほお水分量	44
40	右ほお弾力	28
48	左ほお水分量	39
60	左ほお弾力	32

左ほおの弾力は、約2倍にアップし、水分量の数値は左右で平均10も高くなった！「小ジワも消え、肌の質感が変わりました。憧れのモッチリ肌まであと一歩!?」

永谷真実さん（24歳・会社員）

目もとのたるみ、乾燥肌　顔の悩みをすべて改善！

「不規則な生活のうえ、お酒が大好きなので、常に肌トラブルを抱えている乾燥肌。乾燥肌や下まぶたのたるみも気になっていたけれど、顔筋トレを続けていたらニキビが減り、目もとのたるみも引き締まった。『最近、顔色いいね！』と言われたのがうれしい。目指してこれからも続けていきたいです！」

↑下まぶたのたるみを解消する顔筋トレは重点的に。上まぶたを動かさずに、下だけ動かすのに成功！

↓会社で、同期と一緒にやれば、盛り上がります（笑）

調べたアイテムはコレ！

↓肌の水分値と弾力値がチェックできるフェイスケアセンサ。数値が大きいほど優秀肌。モデラス￥15750／ヤマキ電気

vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

モアハピ部のアン活はコレ!

20代からみんな始めてる。キレイなあの人のとっておき"アンチエイジング活動"を大公開!

加圧トレーニングでカラダのたるみナシ!

モアハピ部 No.127 ゆりっぺさん

25歳を過ぎてから体重が急激に増加。体型を戻すべく、始めたのが加圧トレーニング。『頻度は週に1回程度。専属のトレーナーさんの指導で、気になっていた下半身のたるみを解消するプログラムに挑戦。続けるうちにお尻のたるみが改善され、友達から"後ろ姿がキレイになった"とよく言われるようになりました。1年以上続けた今では、細身のパンツやタイトスカートも自信を持ってはけます』

⊖加圧トレーニング中は、通常時の約290倍もの成長ホルモンが分泌されるそう。「ガサガサだった肌が、驚くほどつやつやになったんです」

顔ツボマッサージで血行も肌つやもUP!

モアハピ部 No.159 檸檬さん

1年ぐらい前から、急にほおがたるみだしたという檸檬さん。『朝と夜の一日2回、乳液を塗りながら、両手の人さし指と中指を使って目頭からほお、耳の下まで顔じゅうまんべんなくツボ押しをしています。おかげで、気になっていたたるみもむくみもすっかりなくなり、友達に"顔が小さくなったね"と言われることもしばしば。さらに、血行がよくなったことで、化粧のりも断然よくなりました!』

⊖「"イタ気持ちいい"くらいの力でグリグリと、気になるほおの部分を重点的にツボ押しします。テレビを観ながらでもできるくらい簡単だからオススメ!」

短時間で効果抜群! "玲奈流"エクササイズ

モデル 竹下玲奈さん

仰向けの姿勢から両脚&お尻を上げる。つま先を伸ばし、両脚を交互に重ねながら、ゆっくり下ろす。腹筋、太もも、ふくらはぎが鍛えられる

両足を肩幅に開き、お尻を前にぐっと押し出して立つ。そのまま腰を落とし、ひざを曲げた状態でキープ→もとに戻す、を繰り返す。ヒップの引き締めに効きます!

「年を取ってもカラダのラインをずっとキレイに保ちたいと思い、3年前から始めました」というエクササイズは、たった15分で汗だくになるハードなもの。『短期集中なのが私にぴったり。エクササイズ中は"背中の肉をすっきり"、"脚をもっと細く"、と念じながら動かすようにしています。次の日はカラダが軽いし、きゅっと締まってる! 代謝もぐっとよくなって、汗のかきやすいカラダになりました』

冷えもむくみも解消! 毎日、脚のリンパマッサージを

モデル ナオさん

「10代から全然変わらない!」とヘア&メイクさんも絶賛するナオさんのアン活は脚マッサージ。『もともと冷えやすく、むくみやすいのが悩みだったので、徹底的に脚をケアしてます。30分くらいじっくりお風呂に入った後、マッサージジェルを使って、つま先から太ももへと血液やリンパの流れを促すようにマッサージ。脚の血流がよくなることで全身の基礎代謝が上がり、肌ツヤもすごくよくなるんです!』

⊖「普段あまり運動していないので、ひと駅分くらいの距離なら歩くようにしています」

⊖マッサージジェルはわざわざ韓国で購入するというこだわりよう。「燃焼系ジェルで、足湯に入っているみたいにポカポカになります」

一年中温かいものだけ、で冷え知らずに!

モアハピ部 No.106 はっちさん

手足の先、お腹も冷えやすくて困っていたのがきっかけ。『冬はもちろん、夏も冷たいものは絶対飲みません! お湯を入れるだけで飲めるカップスープやインスタントのしょうが湯、レモンドリンク、みそ汁などをいつでも飲めるように、おうちと職場の両方に大量ストックしてます。習慣になってしまった今では、ストックが少なくなるとそわそわ(笑)。おかげで冬でも全身ポッカポカです』

⊖お湯を入れるだけで簡単に飲めるホットドリンクのコレクションがずらり。「カロリーを抑えるため、夜は1杯だけに」

オリジナルの野菜ジュースを10年欠かさず!

モアハピ部 No.097 henryさん

『もともと野菜が嫌いで、市販の野菜ジュースで補ったところ、悩んでいた肌荒れが解消されるようになり、やみつきに!? それから自分で研究して、肌のためにコラーゲン、血行をよくするためにくず粉を混ぜた独自のドリンクを開発(笑)。溶けやすさ&冷え対策のため60度くらいに温め、毎日2回飲んでいます。年齢を言うと30歳とは思えない。と驚かれるほど肌への効果は抜群です』

⊖市販の野菜ジュース、コラーゲンパウダー、くず粉を混ぜるだけ。「食べ物でとるよりもカロリー少なめです」

慧美网 vimee.net
hudie.com

アンチエイジング食材 “大豆”を毎日食べる!

モアハピ部 No.053 ちゃーこさん

「大豆イソフラボンが老化防止に効果があると知ってから、意識的にとるようになりました。納豆や豆腐を一日1回は必ず、多い時には2～3回食べることも。納豆も豆腐もどんな食材とも合わせやすくて、料理のバリエが豊富なのも魅力です。コーヒーにも牛乳ではなく、豆乳を入れてソイ・ラテにして飲んだりしています。肌の調子がよくなり、カロリーも抑えられるので、太りにくくなりました」

⬆大豆とトマト、じゃがいも、いんげんを煮込んだスープをメインにした夕食。野菜もたっぷり、腹もちのいいヘルシーメニュー

おうちにいる時は ひたすらバランスボールに!

モアハピ部 No.146 kazuさん

もともとすごく面倒くさがり、というkazuさんはバランスボールエクササイズを実践中!

「これならテレビを観ながらでも、本を読みながらでもできるのでらくちん。究極のながらエクササイズです(笑)。ただ座っているだけでもバランスをとるために自然と筋肉を使うので、効果抜群。腰痛もすっかり改善され、姿勢もよくなったみたい。筋力がついた分、お尻や太ももものたるみも消えました!」

⬅おうちではバランスボールが椅子の役割に。「慣れてしまえば、一日中バランスボール生活も全然平気になります(笑)」

➡「お肌のためには、やっぱりビタミンをとるのも大切! 冷蔵庫には必ず旬のフルーツを常備して、毎朝食べています」

⬇お気に入りの“ねじりのポーズ”。「骨盤がぎゅぎゅっと押されているような感覚に。これをやると腰がすごく軽くなる!」

蝴蝶网 hudie.com

パワーヨーガでしっかり運動。新陳代謝がぐっとUP!

モデル 山田みおさん

運動不足からカラダが疲れやすくなったと感じ、パワーヨーガを始めたという山田みおさん。

「DVDを観ながら、おうちで約20分やってます。つらい体勢のままキープするプログラムが多くて、本当にハード。深い呼吸をしながら、普段あまり使わない筋肉をしっかり動かすように意識しながらやっています。始めてから3カ月くらいで、疲れにくく、全身がキュッと引き締まるようになりました♪」

老けない美女12人が実践! MOREモデルズと

週に3日は絶対! ダンスで老けを撃退

モデル 木下ココさん

母親がダンス教室の講師をしていた影響から、6歳でダンスを始めたという木下ココさん。

「バレエをずっと続けていて、6年くらい前からヒップホップダンスも始めました。基本的に週3回のレッスンで、多い時は週5回なんてことも。これだけみっちりカラダを動かしていると、こりや冷えに悩まされることもほとんどないんです。ダンスのおかげでカラダのラインも締まったままキープできてます」

「姿勢が悪いと、それだけですっごく老けて見えちゃう。普段でも、バレエの動きを意識して、常に背すじや脚をぴんと伸ばすように心がけてます」

慧美网 vimee.net

運動不足解消のため ランニングを開始!

Shokoさん

ままじゃヤバイと、今のランニングブームにのり、今年8月から走り始めました。今では週に2回のペースで約5キロずつ、家の近所を走っています。続けることでカラダが軽くなり、肌のくすみも解消! おかげで職場の同僚にも“キレイになったね”とほめられ、モチベーションもUP。老け防止のためにも、これからも走り続けます!」

➡「ランニングはシューズがあればどこでもできちゃうからお手軽。たまに、気分転換に皇居やみなとみらいに行って走ります」

お肌のために、日付が 変わるまでには必ず寝る!

wel-inaさん

されている、ということを知り、2年ほど前から実践。ただ寝るだけなのですが、慣れるまではこのリズムをつくるのが大変でした。仕事が終わってからだいたい夜10時くらいまでに帰宅し、アロマオイルをたいたり、マッサージをしたりして11時くらいから寝る準備を。この生活を始めてからというもの、肌のトラブルが一切なくなったんです」

⬆今では自然と夜11時を過ぎると眠くなるように。規則正しい生活のおかげで、体調不良になることもほとんどなくなったそう

ハリセンボン×MOREガール
面白エピソード・バトル!
笑撃告白

人生笑ったもん勝ち!　喜・怒・哀・楽、さまざまな感情がかけめぐった衝撃の秘話を、今こそみんなにお披露目しよう!

撮影／フルフォード海　ヘア&メイク／荒川たつ野（ヌーデ）

Profile

ツッコミ担当の近藤春菜（左）は1983年2月23日生まれ。ボケ担当の箕輪はるか（右）は1980年1月1日生まれ。まさに"MORE世代"のおふたりはテレビを中心に大活躍中!

サンタ気取りで「メリー★クリスマス」

今月のテーマ
クリスマスの事件簿

彼氏からもらった初めてのクリスマスプレゼントは、「地下施設の写真集」だった。
ハリセンボン　はるか

ゴリラーマンみたいなマネージャーがコンビニのケーキを持って来て「メリークリスマス」と言われた。サンタ気取りで腹が立った。
ハリセンボン　春菜

ハリセンボンからの告白
マネージャーが演出した"悲しい"クリスマス

はるか 忘れもしない、あれは一昨年の12月25日。マネージャーに楽屋で、いかにも"コンビニで買いました"っていうケーキで祝われたことがあったね。

春菜 あった! **サンタ気取りで**「僕が祝ってあげないと誰も祝ってくれる人いないでしょ?」と言わんばかりの演出に、「よけいなお世話だ!」ってなんか悲しくなった。

はるか でも、今となってはすっごく笑える! **顔がゴリラに似てる**から全然サンタだと思えなくて、ケーキがバナナに見えたよね?

春菜 [illegible]

でいちばん楽しかったクリスマスの想い出は?

春菜 それはもう**生田斗真くんと一緒に過ごした**ことかな。

はるか なんだ、**妄想**か。

春菜 妄想じゃねーよ! クリスマスにドラマの撮影があって、一緒だったの! で、はるかは?

はるか 私は、愛する彼から初めてのプレゼント、"**地下施設の写真集**"をもらったことかな～♥

春菜 それ、うれしかったの?

はるか ……う、うん。

読者からの告白
クリスマス、それは一年で最も孤独な日……

●イブにたったひとり、会社で深夜まで残業。日付が変わり、気分転換に缶コーヒーを買ったら、**自動販売機に**「メリークリスマス」と言われた。まさか機械に祝われるなんて。（岡山・販売・でみたす）

春菜 この日ぐらい、**人の温もり**を感じさせて!

今月のイチ押し

●小学生の時、劇で女子から天使役に抜擢された私。しかし、男子から猛反発され、おばあさん役にチェンジ……なぜ?（大阪・教師・しほ）

人には、持って生まれた役回りってのがあるんだよ!

恋の悩みは、芳麗センパイの「恋愛乙女」に投稿を!

MOREをはじめ、数多くの女性誌、カルチャー誌で活躍中のコラムニスト・芳麗さんが、MOREのホームページで、あなたの恋の悩みに、熱く、真剣に答えてくれます!　いい恋したいと願う女子なら、誰でも参加可能。MOREのホームページから『恋愛乙女の交換日記』へ!

「笑劇告白」次回のテーマ
「テンパりすぎた」エピソードを教えて!
「上司への論罪メールを全社員に送ってしまった」、「社長にタメ口をきいてしまった」など、焦りすぎてついついやってしまった事件や珍エピソードを教えて。

各コーナーの情報も募集中!
◆「偏愛アスリート」◆「迷信しらべ隊!」◆「やみつき♡ ZAPPA飯」◆「感じる数学」◆「サバンナ高橋流　オールラウンド社交術」もみなさまからの情報を随時募集中です!

★投稿募集中!★
採用の方にはオリジナル図書カードをプレゼント!

まずはMOREのホームページへアクセス!
http://www.s-woman.net/more/
トップページ「リモア」をclick!
締切りは12月24日です。ぜひ応募してね♪

vimee.net 慧美网
蝴蝶网 hudie.com

クリスマスにひとりきり。しょうがないから実家にでも帰ろうか、と親に連絡。すると両親とも外出中。まぁ犬とでも遊ぶか、と実家へ強行帰宅すると、**犬も留守**。……万策尽きました。（東京・経理・タマ）

はるか　私も**結核**を患った時、ひとりきりでした。あはは。

春菜　全然、笑えねーよ!!

●私の誕生日は12月24日。例年、社内のみんなが私への誕生会を開いてくれるのだが、ある年、なぜか開催のお知らせが来ない。「もしかして今回はサプライズ形式？」と仕事が終わってもずっと会社に残っていると、**夜が明けた**。（東京・事務・きょん）

春菜　朝まで気づかなかった、アンタに**驚き**だよ。

●数年ぶりの大雪。「ホワイトクリスマス！」と喜んでいたら、凍った地面に足を取られて、尾てい骨にヒビが。**誰にも見られなくて**よかった。（神奈川・広告・ひめ）

春菜　ま、**前向き**な人～。

それは聖夜に起こった！ カップルの事件簿

●彼とつきあってから、初めてのクリスマス。料理なんてしたことなかったが、「七面鳥を焼いてあげるね」と約束。がんばって作ってみたものの、見事に**真っ黒こげ**。お腹をすかせた彼が責めてきたので、逆ギレし、かつてない壮絶なケンカを繰り広げた。（千葉・商社・ようこ）

はるか　初料理が"七面鳥"って。まったく運動してないのに、いきなり**フルマラソン走る**ようなもんですよ。

●クリスマスに入っていた出張が急遽キャンセルに。同棲中の彼を驚かせようとケーキを買っ

かの女を家に連れ込み浮気中！「もうあなたとは一緒にいられない」とすぐさま別れを告げた。彼と過ごしたクリスマスの時間は**計1時間**だけ。（兵庫・銀行・玲子）

祝いの日にはつきもの!? すべてお酒のせいです！

●女友達ふたりと酒を飲みまくり、泥酔状態に。ふと魔がさし、フラれたばかりの元彼にメールを。翌朝気づくと、記憶をなくしている間に「ヨリを戻したい」というメールを20件も送っていた。ちなみに元彼からの返信はナシ。（岩手・販売・ｒｉｓａ）

春菜　**飲酒メール**も取り締まる必要がありますね！

はるかの 今月のイチ押し

●毎年25日の夜はデパートに直行。半額になった高級ケーキを買い、ひとりでホールを完食するのがささやかな楽しみ。（愛知・歯科医師・さやか）

わかる！ 気分はもうハイエナ（笑）。

2009年度 出版四賞決定発表

主催／（株）集英社　後援／（財）一ツ橋綜合財団

◆第二十二回 柴田錬三郎賞
『仮想儀礼（上下）』（新潮社刊）篠田節子（しのだ・せつこ）
『ダブル・ファンタジー』（文藝春秋刊）村山由佳（むらやま・ゆか）
（選考委員）浅田次郎／伊集院 静／長部日出雄／津本 陽／林 真理子／渡辺淳一
※選評は「小説すばる」12月号に掲載

◆第三十三回 すばる文学賞
『海猫ツリーハウス』（受賞作）木村友祐（きむら・ゆうすけ）
『好去好来歌』（佳作）温又柔（おん・ゆうじゅう）
（選考委員）江國香織／奥泉 光／角田光代／高橋源一郎／堀江敏幸
※受賞作品と選評は「すばる」11月号に掲載

◆第二十二回 小説すばる新人賞
『桐島、部活やめるってよ』朝井リョウ（あさい・りょう）
『なくした家族がくれたもの』河原千恵子（かわはら・ちえこ）
（選考委員）阿刀田 高／五木寛之／井上ひさし／北方謙三／宮部みゆき
※受賞作品（抄録）と選評は「小説すばる」12月号に掲載

◆第七回 開高健ノンフィクション賞
『インパラの朝 ユーラシア・アフリカ大陸684日』（『バックストリートの星たち』改題）中村安希（なかむら・あき）
（選考委員）崔 洋一／佐野眞一／重松 清／田中優子／茂木健一郎
※選評は「小説すばる」10月号、「青春と読書」10月号に掲載
※選考委員は[illegible]

●母が、クリスマスだからと作ってくれた生ガキのマリネに、**家族全員あたった**。夜中にみんなでトイレの奪いあいをし、最後には1台の救急車に家族全員乗りあわせて病院へ。今にして思えば、なぜ母親はクリスマスにケーキではなく、"生ガキ"を出したのだろう。（福岡・主婦・ココ）

●小さい頃、貧乏だったわが家のクリスマスプレゼントは歯ブラシや衣類などの**生活用品ばかり**。昔は新品がうれしくて喜んで使っていたけど……。母は今でも、毎年プレゼントに、靴下やタンクトップなどを送ってきてくれます。（岡山・事務・陽子）

はるか　みなさんからの面白エピソード、お待ちしています！

春菜　来月もお楽しみに～♪

新人Tがガチンコ検証！ 迷信しらべ隊！

気になる迷信の「ウソ？ ホント？」を、体当たりで暴きます！

うなぎと梅干しを一緒に食べるとお腹をこわす

「念のため、できるだけ食べ合わせは避ける」という意見が多し！

撮影／[illegible]

"うなぎ＆梅干し"の無実を晴らすことに成功！

ある日、ネットで偶然この迷信を発見！　江戸時代ぐらいから信じられているのだとか……。"うなぎ＋梅干し"を食べるだけでお腹をこわすなんて、そんな[illegible]早速検証！　うなぎの蒲焼きと梅干しを食べてみ[illegible]もお[illegible]んともすんとも言わず。"[illegible]や量が足りない？"と、[illegible]夜も同メニューに。いつ腹痛に襲われるのかドキドキして待つが、まったく変化ナシ。「[illegible]腹をこわすという[illegible]ないんです。ただ、うなぎの脂肪と梅干しの酸、どちらもとりすぎると[illegible]消化不良を起こしやすくなる[illegible]事実です」（「東京農業大学[illegible]応用生物科学部」高野[illegible]教授）[illegible]日[illegible]夜食べても平気だった私の胃って[illegible]いったい…？

「オトコ好き」女芸人がピックアップ

松本美香の偏愛アスリート

スポーツ界はイケメンの宝庫!?
ヲタク芸人、松本美香が萌えまくる！

まつもと・みか●1[illegible]年7月13日生まれ。竹芸能所属のピン[illegible]男好きで知られ、ブ[illegible]グ『おとこ日記』や[illegible]ッセイの執筆で話題[illegible]

今月のイケメン　バドミントン
池田信太郎選手

女形役者の血をひく 男泣き王子に胸キュン

「イケシオ」の知名度は高いもの[illegible]潮田玲子選手の陰に隠れがち。バ[illegible]ミントン界随一のイケメン、池田[illegible]太郎選手にみんなもっと注目を！

実は彼、女形俳優である梅沢冨[illegible]男さんのご親戚。たしかに、女形[illegible]できそうな甘～いお顔立ちで、チ[illegible]ームポイントの厚めのクチビルと[illegible]口の上のホクロがセクスィ♪　試[illegible]中の彼はもうヨダレもの。しなや[illegible]かつダイナミックなスマッシュ。[illegible]ーム中にちらりと見せる、爽やか[illegible]120%の笑顔。そして何より、勝利[illegible]決めた後に人目もはばからずワー[illegible]と感情をあらわにして泣くピュア[illegible]一面も見えたりして目が離せない[illegible]

次のロンドン五輪でも、ぜひそ[illegible]な姿が見られますように♡

照れてる笑顔（写真右）からマイナスイオンが出ているよう。むっちりした脚の筋肉にも萌え！

●12月1日から国立代々木競技場第2体育館で行われる『全日本総合バドミントン選手権大会』に出場予定。"イケ様"をぜひ見にいって！

写真提供／産経新聞ヴィジュアルサービス[illegible]

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

蝴蝶网 hudie.com

字でわかる社会のアレコレ

数字 2ND SEASON

監修 米丸 聡さん
「厚生労働省」労働基準局勤労者生活課政策係長。最低賃金をはじめとする賃金体制の調査・監督を通して、労働者の福利厚生の増進を図っている

が持つ意味を読み解けば、
中がもっとクリアに見えてくる!

Q この数字の表すものは?

791円 沖縄 **629円**

厚生労働省H.P「地域別最低賃金の全国一覧」

A 地域別最低賃金(時給)

働く地域によって、賃金に差が出てもいいの!?

例年、10月頃に改定される最低賃金。駅のポスターなどの告知を目にした人も多いはず。最低賃金ってそもそも何!?
「労働者に支払われるべき賃金の最低額のことで、この数字は賃金額を時間あたりの金額に換算したもの」だそう。でもなんで地域によって金額が違うの?
「それは、毎年行われる調査を基にした賃金水準や生活にかかるコスト差が理由。物価や地価が最も高い東京は、賃金も最高額に。逆に、生活コストが低い沖縄は最低額となっています。まずは、自分の給与を時間額に換算して最低賃金を満たしているかを確認してください。満たしていない場合は、最寄りの労働基準監督署にお問い合わせを!」

やみつき♥ 女子も大好き!

ZAPPA飯

手間も時間もかけずにすぐ食べられる!
みんなのご自慢"大ざっぱごはん"をご紹介。

推薦者
エールさん(26歳・会社員)から。
「北海道名物『ちゃんちゃん焼』を手軽に楽しめるカンタン丼。1杯200円くらいでできるのも魅力♪」

【今月のZAPPA飯】
ちゃんちゃん焼風丼

●材料(1人分)

万能ねぎ	適量
ごはん	茶碗1杯分
鮭フレーク	25g
バター	10g
しょうゆ	小さじ1

●作り方
❶万能ねぎは小口切りにする。
❷温かいごはんの上に、①と鮭フレークをのせる。
❸②の上にバターをのせて、しょうゆを全体に回しかける。
❹具とごはんをよく混ぜ合わせて召し上がれ。500Wのレンジで20秒加熱すれば、バターがトロッと溶けて、さらにおいしくなるのでオススメ!

総合評価 ★★☆

星3つ! バターのコクがたまらない。くせになる味。(編集Y)

星2つかな。ねぎはごはんが隠れるくらいがいいかも。(編集H)

濃いめの味で、家飲みのシメによさそう。星3つ♡(カメラマンT)

あっさり好きの私にはちょいくどい。……星1つです。(編集T)

撮影/高橋依里

どんな人、どんな場所でも好感度最高に!

オールラウンド サバンナ高橋流 社交術

人づきあいのスペシャリスト、サバンナ・高橋茂雄が"使える"社交術をレクチャー!

取材・文/石井美輪 撮影/高橋依里
スタイリスト/北川沙耶香 衣装協力/ザラ・ジャパン

今月の課題… **忘年会で愛される!**

僕が教えます!

先輩や上司を気持ちよく歌わせたって!!

忘年会でいちばん大事なんは、先輩や上司を楽しませることですよね。僕やったらとりあえず**もぎたてのゴシップ**をいくつか持参。「誰と誰がケンカした」とか「A子がコンパでお持ち帰りされた」とか、皆が思わず食いつくネタで場をあっためますね(笑)。
そして、上司や先輩を接待する時は**仲間**を巻き込んで一緒に持ち上げるのが得策。
そのほうが自分も気楽やし、持ち上げる人間が多いほうが上司も気分がアガると思うんです。自分が太鼓持ちという名のドラムなら、同僚はうなずいて話のリズムを保つベーシスト……最高のリズム隊で、**上司というヴォーカリスト**を気持ちよく歌わせる。
これでもうつかめます!
あと、忘年会で忘れてはいけないのが"出し物"ですが、女の子の場合、あまりに完成度が高いものを披露されてしまうと……正直、引きますよね(笑)。
パフュームの『ポリリズム』の導入部分のダンスだけ覚えて後はグダグダ、くらいがかわいらしくてちょうどいい。僕やったら何するか? 最近、目隠しで**カップみそ汁の具を当てる才能**があることに気づいたんで、この芸をぜひ披露したいですね。
最後に、幹事をする人には、サービスの行き届いた店を探してほしい。これ鉄則。お酒や料理が遅いのがいちばん盛り下がりますから。これだけ気をつければ最高の忘年会になりますよ!

社交術1

店のサービスを、事前にリサーチ!
これを怠ると「ビールどないなっとんねん!」という先輩の怒号のたび謝るハメに。知っている店が安全です。

社交術2

飲み会というライブではリズム隊に徹する!
前に出ず、ヴォーカリスト(上司)を引き立てることに命をかけましょう。

社交術3

出し物はグダグダくらいが実はいい!
モテ狙いならパフューム。完成度は気にせずオリジナル芸で攻めるのもアリ。

Profile
たかはし・しげお●お笑いコンビ、サバンナでボケを担当。『オレワン〜芸能界これなら俺がナンバーワン』(フジテレビ系)などに出演中

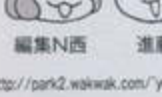
慧美网 vimeet.net

新連載 お料理男子と妄想パーティーの巻

イラストレーター進藤やす子の

さすらいの恋愛修業道

今月の反省会



予想外に妄想が暴走! 理想の彼は見つかりそう?

進藤 殿方探し連載も2シーズン目に突入! 進藤やす子、今年も恋の道をさすらいます!!

N西 今年こそお願いしますよ。

進藤 第一回はいきなり男子の部屋! 家飲みって、住人の趣味とかセンスがわかって楽しいね～。料理もおいしかったし♪

N西 ほぼ男子が作ってくれたから食べる専門でしたね（笑）。進藤さん、普段料理してます?

進藤 それなりには。でも、締切り前は自炊どころか外食する時間もなくて……。料理の得意な彼が「やす子、がんばれ!」とか言って、ホッカホカのおいしい手料理出してくれたら、泣いちゃいそう。なんなら、昼用にお弁当も作って! アウトドアの時なんかも……（以下略）。

N西 で、今回は誰かと連絡先交換したんでしたっけ?

進藤 そういえばしてない……。

N西 えっ、妄想トークであんなに盛り上がってたのに!?

進藤 脳内の恋人について発表しあって終わっちゃった（泣）。

N西 すれ違ってますね……。

進藤やす子さんのHPは、■http://park2.wakwak.com/~y

今月より新連載スタート!
"ネガ→ポジ"の思考チェンジ塾

うしろめたさは告白するが正しい!

みうらじゅんの うしろメタファー☆

Profile
MIURA JUN ●通称ＭＪ。12／18～1／11まで、渋谷パルコパート１にて「PARCO 40th Anniversaryみうらじゅんジャンボリー 2009－2010」開催中。その他最新情報は公式ＨＰで。■http://www.miurajun.net/

取材・文／モリタタダシ　イラスト／本田佳世

今月の"うしろメタファー"告白

実は（きちんと）20歳からタバコを吸っているのですが、それを仙台の実家にいる両親にずっと言えないままなのです。というのも、私は愛情たっぷり育てられてきたひとり娘で、自他ともに認める"真面目"。ただ大学進学で上京してから、少し大人へのあこがれもあり、タバコをたしなむようになってしまったのです。両親とも嫌煙家なこともあるので帰省した時などは必死でガマン。そんな自分にうしろめたさを感じています。（東京都・会社員・26歳）

箱入り娘で大切に育てられた私。嫌煙家の両親に対し、内緒で喫煙している自分が、とてもうしろめたいんです!

「KY」の対極にあるもの。それが「うしろめたさ」

「うしろめたい」、それはマイナスのイメージしかない言葉です。でも、実は相手や空間を思う気持ちと、自分の思いや行動の違い、その理想と現実のギャップこそが"うしろめたさ"になるのです。ですから、うしろめたさは、いわゆる「ＫＹ＝空気が読めない」とは対極にあるもので、うしろめたく思うことは、空気を読みたいという思いでもあります。つらいことではありますが、けっして悪いことではないのです。

うしろめたいという気持ちは、相手を思いやっているバロメーター的な感情ですから、髪の毛の保湿バランスのように、常に少しは心にあるぐらいが健全な人といえるのではないでしょうか。うしろめたさをまったく持ってない人は、完璧な聖人か極度のＫＹのいずれかでしょうし、逆にうしろめたさをひとりで抱え込み、それがマックスになってしまうと、犯罪にまで発展してしまうおそれすらあります。

松本清張の作品を読むと、主人公はきまってうしろめたさを感じ、それがゆえに犯罪を重ねる結果になっていきます。その犯人の共通項は、うしろめたい思いを打ち明ける友人や相手がいないことです。うしろめたさのガス抜きができれば、そこまでコトは大きくならないことを清張作品は教えてくれます。

このページでは、みなさんの抱え込んでいる、うしろめたい思いを告白してもらい、みなさんの「うしろメタ度」を軽くしてもらえたらと思っています。

勝手に大人になったことがうしろめたい

さて、今回のうしろめたさです。僕もタバコを吸いますが、

した際に、初めて実家で吸ったんですよ。その時にオカンがとなりの部屋から客用のガラスの灰皿を持ってきた。その姿を見た時に、すごいうしろめたさを感じたんですね。それは、タバコを吸うという行為が、自分が親に見せつけているようで、すごく悪い気がしたんです。おそらく、あなたもウチと同じように、健全で幸せな家庭だったのだと思います。そんななかで"タバコを吸う＝大人になってしまった"自分にうしろめたさを感じているのです。

内緒で喫煙するのは、あなたがやさしいから

また、僕にとってタバコというアイテムはセックスのにおいもするんですね。あなたも年齢的に、当然経験してもおかしくないんだけど、タバコというアイテムによって、それが親にバレてしまうのも、うしろめたいんじゃないでしょうか。

親にとって、子どもはいつまでも子どもです。そして、あなたには、両親がイメージする子どもであり続けたいという、やさしい思いがあるはず。それこそが、あなたのうしろめたさの要因なのです。

親の前ではタバコは吸わない、今のままでなんの問題もないと思います。当然、告白する必要もありません。

親の前では子どもであり続けたいという、親へのやさしい思いがあなたの心にある、それがわかっただけで、十分に価値のある"うしろメタファー"なのではないでしょうか。

> あなたの両親へのやさしい思いがわかる"うしろメタファー"。今のままでまったく問題ないと思います

うしろメタ度――35%

※「うしろメタ度」とは、告白内容のうしろめたさの程度を示す数値のこと。25%あたりが理想的で、0%はまったく空気が読めない状況、100%はため込みすぎて危険な状況を示す

オトコだってうしろメタファー
…代男子もホンネ告白

…とのセックス中にうしろめたさを感じることがあります。実は…に、好きなタレントとかア…の顔を思い浮かべていることがあるんです。彼女からエッチ…「私のこと好き?」とか…た時も、「好きだよ!」こ…ていながら別の人を想像して…。もちろん彼女のことは好…のですが…うしろめたい!

彼女のことが本気で好きだからこそです

ラブホテルでＡＶを見な…るのは失礼だと思う…脳内自分シアター。…いと思うんだ。それを…うしろめたく思ってるのは、彼女のことをそれだけ好きだという証拠ですよ。脳内でいろいろ想像することでセックスへの加速度が高まるんなら、それはそれでいいことじゃないですか。問題は終わったあと。冷静になった時に、きちんと彼女の話を聞いてあげるこ

発表! MORE版 2009年、みんなが買った! 注目した! メガヒット番付!

読者1000名にガチンコアンケートを敢行!　今年いちばんの注目ニュースやヒット商品、激アツスポットなどを大集計し、ずばりランキングしちゃいました。あなたの「マイヒット」と比べてみて!!

取材・文／大高志帆（verb）　撮影／新保勇樹　写真／産経新聞社　モデル／篠田麻里子（モアモデル）
ヘア&メイク／川添カユミ（ヌーデ）　スタイリスト／由里本舞

麻里子の「マイヒット」もご紹介しま〜す!

ニットワンピース¥3990（※銀座店以外の店舗にて展開中）・ブーツ¥9990・ネックレス¥3990・ブレスレット¥1290／H&M ヘネス・アンド・マウリッツ・ジャパン

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

は納得の理由アリ!

0項目一挙にご紹介！　解説&読者のリアルな声満載で、読めばきっと納得できるはず!?

政権交代	横綱
1Q84	大関
わけあり商品	関脇
外型大型モール・アウトレット	小結
ドラゴンクエストIX	前頭
ゼロ系飲料	前頭
余命1ヶ月の花嫁	前頭
イチロー	前頭
草食系(○○)男子	前頭
デジタルフォトフレーム	前頭

調査方法

MORE読者1000名（全国・25～29歳女性）＋モアハピ部100名に「今年、自分たちの世代で流行した"モノ・ヒト・コト"」を、さまざまなカテゴリーでアンケート調査・集計し、本誌が番付ランキングにしたもの。東がより上位を示す

私も納得の番付です！

横綱 自民党政権が崩壊! 発足時支持率は71%

⬆衆議院議員総選挙で308議席（全体の64%）を民主党が獲得、政権交代を実現。支持率は71%（朝日新聞調査）
➡福田衣里子議員ら「小沢ガールズ」の当選も話題に

読者の声

「自分の一票の重みをこんなに感じた選挙は初めて」（25歳・ウェブクリエーター）、「子ども手当や扶養控除の撤廃など、気になることがいっぱいです！　日本はこれからどうなるの!?」（モアハピ部・ミカロディさん）など、政治を身近に感じるきっかけになった人が多いよう

喜びの声

国民の皆様の政治への不信感が高投票率につながり、政権交代を実現したと考えています。MORE読者に関心を持っていただけたことは、素直にうれしいかぎり。税金の無駄を改め、安心して子どもを産み・育てられる国民の生活第一の政策を実現していきます。（民主党・役員室）

小結 アウトレットでお得なお買物。郊外型モールも続々オープン

⬅『ららぽーと新三郷』オープン日には5500人の列！　1週間で約61万人が来場

⬇『あみプレミアム・アウトレット』は、オープンから3カ月で約230万人と大盛況!

読者の声

くていいもの＝アウトト熱がアップ」（モア部・みはるさん）、「郊の大型モールはなんで えるし、車なら行き帰ラク」（モアハピ部・aさん）。プチ旅行気楽しんだ人も多いよう

関脇 節約志向も追い風に! 各種「わけあり商品」大人気

⬅足の折れた「タラバ蟹（ボイル冷凍）」（ぐるなび食市場）は、味はそのままに値段は半額以下！

⬅「ミルクチーズケーキバー」（南房総びわ問屋）はチーズケーキの端っこのみを集めた"わけあり"

読者の声

「キズものでも、品質は同じ！　私も活用しました」（モアハピ部・あさみんさん）との声多し。景観のあまりよくない部屋に泊まる「わけあり旅行」や、型落ちの「わけあり家電」など"珍わけあり商品"も続々登場

大関 村上春樹の新作『1Q84』は12日間で100万部達成!

読者の声

5年ぶりの待望の新作だけに「読んだ」という読者多数！「発売まで内容が秘密だったので、よけいに期待が膨らんだ」（27歳・飲食業）、「周りの女子もほとんど読んでいました」（モアハピ部・あじゅさん）

発売されるやいなや店頭から消え、10月末で200万部超のモンスター本に。来年『BOOK3』も刊行予定

前頭 特に女性を中心に大ヒット! 乳がんに関心を持つ人も多数

読者の声

に公開されるや、総観員数250万人を突破するットに。実在の主人公恵さんが乳がんと闘うMORE世代の胸を打った。人公の女性は同年代。ことじゃないと思った」歳・保険会社）

『余命1ヶ月の花嫁』スタンダード・エディション／¥3990／発売元：TBS／販売元：ハピネット
© "AprilBride" Project

前頭 カロリー、糖質、プリン体……気になる"ゼロ"が登場

読者の声

「『コカ・コーラ』『C.C.レモン』など、定番炭酸飲料がカロリーゼロに！」（26歳・販売）、「糖質ゼロのお酒にはこの夏お世話になりました」（26歳・通信）など、女子の"気になる"をカットして激売れ！

昨年から伸び始めた各種ゼロ飲料市場は、2009年、さらに愛され中

前頭 シリーズ最高の400万本超え! "すれちがい通信"も社会現象に

読者の声

通信機能を使った"すれちがい通信"で見知らぬ人ともデータ交換できるなど、ゲーマー以外も虜に。「ハマりすぎてドラクエ休暇を取った同僚も」（25歳・医療関係）、「周りのDSユーザーの95%はプレイしていました」（28歳・飲食店）

シリーズ初のDS向けソフト。長く楽しめるのもポイント！

前頭 インテリアやプレゼントに! 昨年比売上げ200%増製品も

読者の声

婚祝いや自分用など、はデジタルフォトフレを買う機会が多かった」歳・人材サービス）と意見のとおり、価格も性もニーズに合わせてく。スキャナ内蔵や電体型なども登場

⬆日本一売れている。DPF-D72／ソニー
➡音楽再生可。DP-7V／富士フイルム

前頭 草食系、お弁当、スイーツ…… "○○男子"が流行語に!

読者の声

ドラマ『オトメン』の岡田将生さんや瑛太さんなど、草食系（○○）男子という言葉が流行。「草食系と肉食系どっちが好き？　と女子の間で話題に」（29歳・商社）、「恋愛系の記事では頻出ワード」（26歳・販売）

前頭 9年連続200本安打を達成! 3月のWBC連覇でも大活躍

読者の声

「WBCでは侍ジャパンの精神的支柱になり、大リーグ記録も更新して号外まで配られた」（28歳・建設）と、35歳にして伝説　男・イチローに多くの声が！WBCの瞬間　視聴率、ゲームセット時の5

vimeee.net
蝴蝶网
hudie.com

↑マストアイテム!? 今夏も売れた『ユニクロ』のブラトップ

読者の声も たくさん! ヒット番付

大ヒットの裏に

2009年、文句なしでヒットした"モノ・ヒト・コト"を、東西横綱から前頭ま

横綱 『FOREVER 21』の上陸で 昨年に続き大ヒット!

↑『FOREVER 21 原宿店』はオープンから世界最速ペースで来店者数200万人超え!

↑銀座店の3倍広い『H&M SHIBUYA』が9月オープン。アジア初のインナー導入!

↑『g.u.』のスキニーは990円! 年間売上げ目標は100万本

読者の声

「『FOREVER 21』は流行のかわいいものが安い!」(モアハピ部・パパリナさん)、「『H&M』渋谷店でいち早くインナーゲット」(28歳・監査)、「『ユニクロ』銀座店の大きさにビックリ!」(26歳・保育士)、「『しまむら』のコラボ品がマイブーム」(29歳・派遣)など、ファストファッション人気はますます過熱中

喜びの声

上陸から1年もたってないのに、読者の皆さまからご支持いただき感激です。常に最新の流行を取り入れた商品とリーズナブルな価格、訪れるたびに新しい商品と出合えるフレッシュかつエキサイティングな売り場づくりなどが理由ではと考えています。(『FOREVER 21』LA本社広報)

東

横綱	ファストファッション
大関	嵐
関脇	美容家電
小結	水嶋ヒロ×絢香
前頭	ブザー・ビート ~崖っぷちのヒーロー
前頭	花畑牧場
前頭	オードリー
前頭	ガンダムプロジェクト
前頭	アウトドア(登山・ランニング
前頭	骨盤系ダイエット

小結 人気絶頂での電撃結婚! ふたりの純愛、憧れます

読者の声

「水嶋ヒロは、結婚して株を上げたと思う。あんな男性と結婚したい!!」(26歳・食品販売)、「あの結婚会見は男らしくてステキだった」(モアハピ部・優沙希さん)。内面までイケメンなことがわかって、惚れ直したファンも多いみたい。絢香が羨ましい!

絢香初ベストアルバム『ayaka 's History 2006-2009』もミリオンに迫るヒット!
■www.ayaka.tv/

関脇 ナイトスチーマー&電動 マスカラでラクしてキレイに!

↑「ターボラッシュ」/エスティ ローダー
←「オシィラシオン」/ランコム

↑寝ている間にイオンの力で肌をキレイに。ナイトスチーマー「ナノケア」/パナソニック

読者の声

お手軽なのに効果絶大! が人気の各種美容家電。「『ナノケア』は、寝ている間にキレイになれるのが画期的」(28歳・エンジニア)、「電動マスカラは"世界中で20秒に1本売れている"といわれるほどのヒット。もちろん購入」(27歳・アパレル)

大関 結成10周年。嵐の人気爆発 ベスト盤もミリオン突破!

ベスト盤は発売5
で売上げ124万枚に
達。冠番組『VS嵐
もゴールデンに
出するなど、テレ
でも大活躍!

読者の声

「CDはどこも売切れ。あのアマゾンでさえ予約できない状態でした」(25歳・スポーツメーカー)「バラエティ番組を見るうちにすっかり虜に」
アハピ部・おいちゃんさん)と、多くの読者から
ロメロ宣言が。デビュー10周年は大飛躍の一年に

前頭 春日を見ない日はない!? 若手人気No.1のオードリー

読者の声

"今年を象徴する男性"として大人気だったオードリー。「M-1後、優勝したNON STYLEをさしおいて大活躍」(27歳・事務)、「子どもたちにも人気」(25歳・専門学生)。春日の「トゥース!」も流行語に

前頭 花畑牧場カフェもオープン。 生キャラメル人気が全国区に

原宿や六本木ヒルズに花畑牧場カフェが出現&行列に。期間限定店舗も全国で展開

読者の声

東京でのカフェ展開で北海道限定スイーツではなくなったため人気がさらに全国的に。「おみやげでもらうだけでテンションが上がった」(28歳・監査)、「通販の生キャラメルは相変わらず即完売」(26歳・教員)

前頭 平均視聴率14.35%ながら MORE世代では圧倒的人気

「ブザー・ビート~崖っぷちのヒーロー~DVD-BOX」¥23940/発売元:フジテレビ映像企画部/販売元:ポニーキャニオン(2010年1月6日発売予定)©2010フジテレビ

読者の声

「久々に"月9の話"で
り上がれた」(29歳・
カー研究職)、「北川景子
かわいさ&山Pのイケメ
っぷりにハマりました」
アハピ部・みはるさん)
特に北川景子ちゃんの
びん支持率高し!

前頭 CMにお問い合わせ殺到! 骨盤系ダイエット

豊川悦司とkyo先生で話題のキンチョールCM「どうでもいい」篇

読者の声

「食事以外で健康を取り戻すダイエットが目新しかった」(28歳・製造業)、「気分転換になるし、O脚も以前よりまっすぐに」(モアハピ部・季絵さん)。本誌12月号の骨盤ダイエット特集も大好評でした!

前頭 東京マラソンの参加倍率は7倍! 富士山や高尾山では大渋滞

→7~8月の富士山は大渋滞。今年は24万1436人が登ったとか

読者の声

「モアハピ部でもランニング部発足! スポーツ店のランニングコーナーも広がりました」(モアハピ部・☆MOGI☆さん)、「100年に一度のアウトドアブーム! かつてないほど仕事が忙しい」(29歳・ライター)

前頭 実物大ガンダムを見るため 415万2000人がお台場へ

読者の声

「世代性別を問わず大
話題」(26歳・学生)、
ンダムを知らない私も
ました。その大きさに
クリ!」(29歳・自由

vimee.net
蝴
hudie.com

ジャンル別ヒットも大紹介!

、もちろん、まだまだ人気の"モノ・ヒト・コト"はいっぱい! ジャンル別で今年のリアルヒットが丸わかり!

タイガーとも
対戦しました!

行列しても食べたい! 飲食物編

CM「ちょいしぼ」篇

飲みやすさで
人気復活!

ハイボール

「ビール感覚で飲めておいしい!」(25歳・販売)と人気復活。ウイスキーの売上げ減も08年で歯止めがかかり今年は急上昇中。小雪さんが出演する、「角瓶」(サントリー)CMの影響で、女性も飲み始めた!?

過去最高益を更新中!
安くておいしい

『餃子の王将』

不況のなか、9月まで26カ月連続で既存店売上高が前年を上回っている『餃子の王将』。餃子などの全店共通メニューのほか、各店の客層に合わせた独自メニューが人気を呼んでいるよう。「並んで食べた」(26歳・不動産)人も多かった

こんな声もありました

★白いたいやき
★「Fit's」

「お取り寄せグルメで"幻の白いたいやき"がブームに。モチモチ感がたまらない」(27歳・メーカー事務)、「『Fit's』は佐々木希ちゃんと佐藤健くんのCMがよかった」(28歳・空港)

4月、広島三越
6月、大丸東京店進出!

「堂島ロール」

支店ができたことで、お取り寄せだけでなく各地で手に入れられるようになり、全国区の人気に。「初めて並んで買ってみたら超美味でした!」(モアハピ部・ヨーコさん)。ほか、地方勢からの後押し強し!

スポーツからお笑いまで幅広く 男性著名人編

「ズクダンズンブングンゲーム」も浸透

はんにゃ

09年吉本男前ランキング2位に選ばれたイケメン、ボケ・金田とツッコミ・川島のコンビ。オリエンタルラジオと同期という若手ながら、「金田のキャラがいい!」(27歳・営業)と人気急上昇! 9月には初写真集『うらっつら』でセクシーショットもお披露目

ゴルフを知らずとも
すごさはわかる!

石川 遼

「ゴルフに関心がなくても彼のすごさはわかる」(25歳・IT)と言わしめる遼クン。優勝争いした日本オープン最終日は、なんと視聴率16.1%。これはゴルフ中継では21世紀最高! マスターズにも日本史上最年少で出場

こんな声もありました

★小栗 旬
★佐藤 健

「今年も映画にドラマに大活躍だった小栗旬くんから目が離せない」(27歳・人材派遣)、「佐藤健くんは突然現れたイケメンって感じ。仮面ライダー時代も懐かしい」(29歳・パート)

早すぎる死にショック!
"キング・オブ・ポップ"

マイケル・ジャクソン

今夏に開催予定だったコンサートが、リハーサル映像から映画『マイケル・ジャクソン THIS IS IT』として甦る! 期間限定公開ながら、日本では1日で約8万7000枚の前売り券が売れた。映画情報はHPまで。■ThisIsIt-Movie.jp

混雑覚悟で行ってみました! 人気スポット編

初日はルミネ新宿店に2000人が大行列!

『kitson』

今年、日本に2店舗がオープンし、話題の多かったセレクトショップ『kitson』。人気は衰えず「ロゴの入ったバッグを持っている人をよく見かける」(25歳・製紙メーカー)など女子を夢中にさせているみたい

CM放送から来場者は6倍以上に

『アルパカ牧場』

「CM『ミラバケッソ』のアルパカ・花子ちゃんが見たい」(モアハピ部・美歩さん)という人が全国から訪れ、今や那須高原一の観光地に。来場者は増え続けているそう

こんな声もありました

★奄美大島・皆既日食ポイント
★開国博Y150

「芸能人だけじゃなく、私の周りでも会社を休んで皆既日食を見にいった人がいました」(25歳・営業事務)、「開国博があったので横浜も盛り上がった」(モアハピ部・あじゅさん)

高速の週末ETC利用
1000円で活用度アップ!

全国サービスエリア

横川上りSA(右・真上)には信越本線横川駅の再現コーナーが出現し、Pasar幕張(下)にはデパ地下のような魅惑のグルメスポットが! 「高速利用が増えてSAで過ごすのも楽しみ」(28歳・秘書)

気になる! あの人の2009年マイヒット 矢口真里さん

1位 日本酒
おいしいお店を教えてもらってから、日本酒に目覚めました。最近飲み方もグッと大人に

2位 ドラクエIX
2カ月くらいハマってたかな。ラジオの公開収録で、"すれちがい通信"もしましたよ

3位 ノニ
お母さんのおすすめサプリ。飲みだしてから2キロやせたし、とにかく体調がいい!!

4位 湘南乃風
映画『ドロップ』の主題歌『親友よ』でハマりました! 着メロもこの曲にしています

5位 ゴールド財布
前々から聞いてはいたけど、お財布をゴールドにしてから確実に金運がアップしました!

「1位は日本酒。特にコレが好きという具体的な銘柄はないですが、これまで絶対に飲めないと思っていた日本酒が飲めるようになったことで、『おいしい地酒があるかも?』と地方ロケも楽しみに。おいしい日本酒は二日酔いもしないんですよね。お酒とは矛盾しますけど(笑)、ノニもききめがすごかった! だまされたつもりで飲んでいたら、肌が変わったんです」

Profile
1983年1月20日、神奈川県生まれ。『How to モンキーベイビー!』(TOKYO MX系)などレギュラー番組多数。公式ブログ『初心者です。』も要チェック!
■http://ameblo.jp/mari-yaguchi/

「『ASH&DIAMONDS』のお財布は、オシャレなだけじゃなく使いやすい! 実はもう5代目で、今回初めてゴールドに。かなりキラキラして目立つけど、お金を貯め……

蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

まだまだ
あります
はやりモノ

ランク外の

惜しくも前ページの番付にはランクインしなかったも

24時間マラソンはヒットの法則!?

女性著名人編

マラソンも辞散
ハントも体当たり!

イモトアヤコ

「24時間テレビのマラソンで女性最長記録を更新！」（29歳・メーカー）、「『珍獣ハンターイモトの動物図鑑』は1週間で6万5000部売れたとか」（25歳・保育士）と、今年の"顔"のひとり

エイジレスな
美しさに注目!

平子理沙

エイジレスな若さと美しさで、MORE世代でも、羨望と注目の的。「どうしてあんなにキレイなの!?」（28歳・製薬）と嫉妬半分の声多数。キレイの秘密が詰まった本『平子理沙 Little Secret』も話題に

こんな声もありました

★superfly
★辻 希美

「superflyはデビューアルバムから2作連続で首位獲得！ 女性アーティストとして6年ぶりの快挙に拍手」（27歳・美容師）、「辻ちゃんのブログがかわいい！ あの風貌でママは信じられない」（28歳・事務）

女性ソロアーティストNo.1
観客50万人を動員!

安室奈美恵

170万枚を記録したベストアルバム『BEST FICTION』ツアーで、女性ソロアーティスト史上最多動員数記録を樹立。「さまざまな金字塔を打ち立ててすごい」（29歳・事務）。とどまるところを知らない安室ちゃんの勢いを応援する読者多数！

映画、音楽、書籍のハマリものは?

カルチャー編

「2009年本屋大賞」受賞
ラストに賛否両論!?

『告白』

湊かなえのデビュー作。中学校を舞台に、校内でわが子を亡くした女性教師が真相に迫るミステリー。「後味が悪いけど一気読みしちゃいました」（26歳・家事手伝い）という声も多く、非常に考えさせられる作品

"ニコガク"人気で、
興行収入84億円!

『ROOKIES ―卒業』

「ドラマを受けてさらにヒット」（26歳・サービス）し、驚異の興行収入を記録。「ぴあ満足度ランキング」などでも1位を獲得。DVDは12／4発売。（発売元：TBS／集英社／販売元：TCエンタテインメント）

こんな声もありました

★『20世紀少年
〈最終章〉ぼくらの旗』
★『MR.BRAIN』

「『20世紀少年』は最終章が最も面白い！ 周り全員が映画館で観ていた」（27歳・飲食業）、「キムタクドラマは、毎回のゲスト出演者も超豪華で、かなり話題でした！」（25歳・フリーター）

盲目のピアニストが世界の舞台で活躍

クラシック（辻井伸行さん）

6月に「ヴァン・クライバーン国際ピアノ・コンクール」で、日本人として初優勝。直後は、1万枚売れれば大ヒットといわれるクラシックCD界において、異例の1日1万枚ベースの注文が続いたそう

気になる! あの人の
2009年マイヒット

篠田麻里子さん（モアモデル）

1位 Matty式足ツボマッサージ
著作も有名。今年1年、ずっと健康でいられたのは、このマッサージのおかげです！

2位 カレーライス
今年というわけではなくて、ずっと好きなんです。カレーは週3日は食べていますね

3位 小籔千豊（こやぶかずとよ）
吉本新喜劇を中心に活躍されているお笑い芸人。たまに出演するトーク番組での話がツボ

4位 キラキラもの
スタッズやラインストーンなどキラキラもの大好き☐ 私服でもキラキラつきを選びます

5位 梨花
雑誌はもちろん、写真集から単行本まで買って見ているほど大好き。偉大な存在です

「1位は『Matty式足ツボマッサージ』に出会ったこと！ 予約を重ね、今年から施術してもらえるようになったのですが、本当に効果がすごく風邪ぎみなど体調がすぐれない時もスッキリ！ 月3回は通ってます。2位のカレーは永遠のマイヒット。ライスでもつけめんでも、なんでも好き。『ココイチ』にもひとりで行きますよ。オススメは『豚しゃぶカレー』です（笑）」

Profile
しのだ・まりこ●1986年3月11日、福岡県生まれ。モアモデル。ドラマ『ギネ～産婦人科の女たち～』（日本テレビ系）レギュラー出演中。公式ブログ■http://blog.mariko-shinoda.net/

「今年"キラキラ"にしたデコ電。ケアベアと虹と私デザインのマークを入れた完全オリジナル。1カ月半かかりました（笑）」

慧美网
vimee.net

ケータイ端末のビッグヒットも

家電・ゲーム・デジタルグッズ編

地デジ対応テレビの購入をプッシュ!

エコポイント家電

地デジ対応テレビなどの購入で付与されるエコポイントが話題。「家電店ポイントとエコポイントでW効果！」（29歳・商社）でテレビを買った人多し。
⊙（上）低消費電力を誇る「AQUOS」。／シャープ
（下）画像の美しさに定評ある「レグザ」。／東芝

女性ユーザーも続々! 高機能携帯

「iPhone 3GS

全米調査で、「スマートフォン満足度」1位に2年連続で選ばれた「iPhone」。3GSで通信スピードがアップしたことで、「周りの女性でも持つ人が増えた」（28歳・広告）、「値段も比較的安くなり、システムも安定した」（29歳・小売業）と、女性ユーザーも増加中のよう

こんな声もありました

★「モンスターハンターポータブル 2nd G」
★ブルーレイレコーダー

「ストレス解消には『モンハン』！ 周りもみんなハマってました」（27歳・教育関係）、「ついに私もブルーレイを購入！ 美しい画像で録画できてうれしい」（25歳・フリーター）

"カラフル&コンパクト"でより女子向けに

デジタル一眼カメラ

「見た目もよくて本格的」（27歳・公務員）とデジタル一眼派が急増!?
⊙100パターンから選べる『PENTAX デジタル一眼レフカメラ K-x』

⊙写真もムービーも撮れる『Panasonicデジタル一眼カメラ LUMIX GF1』も、女子人気の高い商品

本の
コンシェルジュが
ぴったりの一冊を
セレクト!

恋愛・仕事・人間関係　お悩み解決ライブラリー

「お薬BOOK」がココロに効く!

人生に悩みは尽きないもの。モヤモヤした気持ちをすっきりさせてくれる本が読みたいけれど、どれを選んだらいいのか……。そんな時は、本の世界に精通したプロの書店員に聞いてみよう!

取材・文／宮平なつき　撮影／露木聡子　スタイリスト／宇藤えみ

『エチカの鏡』で大反響

清水克衛さん
東京・江戸川区の書店[illegible]訪れる人の悩みに合った本を選んでくれる"本のソムリエ"として紹介され、話題の存在に。
■http://dokusume.com/

壁に当たった時こそ、本を読んで笑顔になって

「お客様には、仕事や恋愛が本当にうまくいかない時、読んだら笑顔になってほしいと思って本を選び、おすすめしています」と話す清水さん。

「人生の壁に当たった時こそ、本を読むことが必要です。一冊の本ができるまでには、著者だけでなく、編集者や営業マン、書店、多くの人の思いが積み重なって読者の手もとに届いていると想像すると、どんな本もすべて心に効くいい本だと思いませんか？　だから本を読むと、想像力も豊かになるし、自分の思考も変えられるんです」

…がプロポーズ…てくれない……

…さん（29歳・会社員）

…同棲して1年。私はそろそろ結婚を…いと思っていますが、どう結婚でき…うに努めたらよいかわかりません。…に彼には、はっきり私から結婚の意…示もしているので、ほかにできる手…がないんです……。どうしたら、彼…婚スイッチを入れられるでしょうか？

…om
…コンシェルジュ

…彼を変えるよりも、…自分が変わることが大切!

…とつ覚えておいてくださいね。…分は変えられるけれども、他人…変えることはできません。彼に…いて悩むより、あなたが「結婚し…ほしい」と思われるような女性…なることが大切です。もっと輝…て、心美しくなること。彼から…結婚の申し入れがあればしめたも…！　一生、あなたは彼を操れる…権利をゲットできるのです（笑）。…主人公・つばきは一膳飯屋『だい…こん』を家族と一緒に営んでいま…。つばきの明るさと気っ風のよ…さ。そしてつばきの炊くご飯がお…いしくて評判をよびます。つばき…のように、さらに輝いてください。

おすすめはこれ!『だいこん』
山本一力著（光文社文庫¥960）

読んでみました!
料理店で一生懸命働く姿を見初められ、求婚される主人公。おいしい料理は人を笑顔にし、頑張る姿は輝いて見えるんですね。偶然にも、いつかパン屋さんを開く夢を持つ私。「今をもっと頑張る毎日にしよう！」と誓いました

恋愛って……どうやるんだっけ!?

沙耶香さん（30歳・サービス業）

人を好きになるまでに時間がかかるタイプです。長らく好きな人も彼氏もできず、旅行でもなんでもひとりで楽しめるようになり、気づけばアラサーです！　こんな私に今、好意を持ってくれる男性が現れたのですが……すっかり"ひとり"の居心地がよくなってしまい、この環境を壊したくない、と思う自分がいたり、「彼氏おるとか私のキャラちゃうし～（笑）」とも思ったり……。さすがにこのままではマズいので、錆びついた心を"恋愛モード"に動かしたいです！

from
コンシェルジュ

足もとを整えるだけで、自分をきちんと把握できる

"恋愛モード"に動かしたいとのことですが、今のあなたでは恋愛モードのスイッチは、永遠にオンにならないのではないでしょうか。文面を読むかぎりでは、あなたは自分のことしか考えていないからです。「私のキャラちゃうし～」、「この環境を壊したくない」……ねっ（笑）!?　そこで提案！　これからは自分のはきものをそろえてみてください。そして誰かのはきものが乱れていたら、こっそりそろえてあげてください。この瞬間、あなたの心の中で変化が訪れますよ！

おすすめはこれ!
『はきものをそろえる　世界一かんたんな成功法則』
清水克衛著（総合法令出版¥1365）

読んでみました!
動いているうちにやる気が出てくるという脳の特性、"作業興奮"が興味深かったです！　私は恋愛に限らず、何ごとも先にいろいろ考えて頭でっかちになってしまうので、まずは体を動かす"初めの一歩"が大事だと実感しました

恋愛の悩みに効く、お薬BOOK

『LOVE理論』
水野愛也著
（大和書房¥1470）

男による男のための本をあえて参考にして
➡「女性には読んでほしくない、男性に向けた実践的恋愛指南書。男性視点で書かれているので女性には逆に大いに参考になるはず」（清水さん）

相手を思いやる大切さをあらためて感じる
➡「人の手紙を代筆する代筆屋。さまざまな人の人生が代筆屋によってつづられます。相手のことを思いやる大切さが心にしみる一冊」（清水さん）

『代筆屋』
辻仁成著
（幻冬舎文庫¥480）

仕事の悩みに効く、お薬BOOK

『和顔
仏様のような顔で生きよう』
山田無文老師説話集
(禅文化研究所¥1890)

明日を変える10のヒントを教えてくれる
「就職活動に悩む主人公。そんな時、10通の手紙のやりとりで夢が実現できるという手紙屋を知る……。働く意味を伝えてくれます」(清水さん)

笑顔でいることは人のためであると説く
「禅の世界で、昭和の名僧と呼ばれた老師。"笑顔でいることは自分のためじゃない"など、苦悩する現代人へのメッセージ集」(清水さん)

『手紙屋
~僕の就職活動を変えた十通の手紙~』
喜多川泰著(ディスカヴァートゥエンティワン¥1575)

男社会の職場でストレスがいっぱいです

奈美さん(27歳・一般事務)

会社での人間関係で非常に悩んでいます。うちの会社には、女性はお茶くみ・コピーという古い考えが当たり前のようにあり、私を「個人」として見てもらえません。ですが、私にしかわからない仕事がいくつかあり、また完璧主義な自分の性格もあって、帰宅後も週末も仕事のことが頭から離れず夢にまで出てくる日もあります。どうやってストレスを解消したらよいかわからず、体調を壊しています。

from コンシェルジュ

つらい時こそ笑顔でいれば、気分も変わります

そんなあなたに、"ちょうどいい"という言葉があります。あなたの周囲には、あなた以上のことも、以下のことも起こらないのです。職場環境を悩むよりあなたしかできないことを大切に。最近、職場で笑いましたか? 人は楽しいから笑うのではなく、笑うから楽しくなるのです。この本は仙台に実在した仙台四郎の話。彼が立ち寄る店は不思議と繁盛します。でも彼はいつも笑顔でいるだけ。笑顔は商売も人生も繁盛させるのです。

おすすめはこれ!

『福の神になった少年
——仙台四郎の物語』
丘 修三著/村上 豊絵(佼成出版社¥1835)

読んでみました!

笑顔が持つ、自分や相手に与える力の大切さを感じました。急に笑顔は難しくても、少しずつ口角を上げてみます。「かならず夜明けが来るように、人生にも、苦しいことばかりは続かないものだ。」という言葉も、心に残りました

今の仕事のままでいいのかな……?

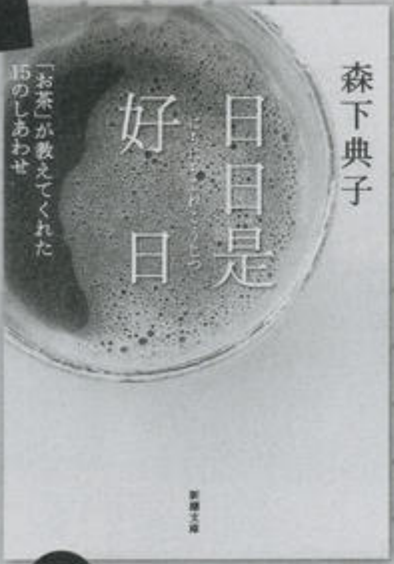
ハルさん(28歳・通信会社勤務)

今の仕事は、本来あまり興味のなかった分野です。なりたかった職業があるのですが、就職活動の時にすべて落ちてしまいました。それでもそれなりに仕事をこなし、もう5年も今の会社に勤めています。いい環境で、休日もそれなりに充実しています。でも、これが本当に私のやりたかった仕事、生活なんだろうか、と思うと、転職やもっとほかの生き方が頭をよぎります。それでも踏み出せないまま年数を重ねている現状に焦っています。

from コンシェルジュ

転職以外にも、自分が成長する方法を探せるはず

あなた自身がもっと成長したい!との思いがあるから、そのような悩みが出てくるのですね。隣の芝生は青く見えます。転職や別の生き方へ進むことだけが、決して一歩踏み出すことではありませんよ。今の職場で新たな一歩を踏み出すこともできます。あなたの新しい扉は、きっとそこにあるはず。この本は、著者が何度もやめたいと思った茶道を、25年間続けることで学んだり、感じた15のことを書いたエッセイ。新しい扉の鍵はこの本の中にあるはずです。



おすすめはこれ!

『日日是好日(にちにちこれこうじつ)
—「お茶」が教えてくれた15のしあわせ—』
森下典子著(新潮文庫¥500)

読んでみました!

続けることで、感動や発見の瞬間を重ねる著者の成長の軌跡が心に響き、何度も泣きました。自分の過去や未来、今の環境ばかりに気をとられず、目の前をしっかり見据えて今を味わおう、と爽やかな気持ちになれました

おすすめはこれ!

『面白いほど成功するツキの大原則』
西田文郎著
(現代書林¥1260)

頑張っても私はダメなのかも…

wappeさん(26歳・会社員)

自分に自信が持てず、同期のいいところを見ては、自分と比べて落ち込んでしまいます。一生懸命仕事したり、ダイエットしたり、おしゃれに気を使ったり、いつも頑張っていないと不安になる反面、頑張ってもやっぱり自分はダメな気がします。結局、周囲の目を気にしすぎなのだとは思うのですが、なかなか考え方を変えられないのです……。

from コンシェルジュ

生きてることがツイてることなんだよ!

人と比較しだすと、自分に「ない」ものを数え始めて、自分が嫌いになりますよね。ないものなんて星の数あります。でも、命を授かっただけですごくラッキーでツイてると思いませんか。そう考えると、ご先祖さまに感謝の気持ちが芽ばえるでしょう。元気で食事をおいしくいただけることや、今の職場にいられるのも、実はたくさんの人のおかげであるとわかってくるはず。すると、自分に「ない」ものではなく「ある」ものを数えることができるんです。自分の考え次第で"ツキ"は現れる、そんな思考にしてくれる本です。

読んでみました!

「運なんて自分ではどうしようもないだから努力。また努力」ともがいて自分を追い込んでいました。でも、何ごとも自分の気持ち次第ですね。人生を幸せにするポジティブマインドを身につけ、苦しみ、妬みを乗り越えたいです

人間関係の悩みに効く、お薬BOOK

『心を鬼にして叱るより無理にでもほめなさい』
杉本良明著
(日本実業出版社¥1470)

他人をほめることは自分をほめること
「誰だってほめてもらいたいし、認めてほしい。でも他人をほめるのは苦手。それが人間関係がうまくいかない大きな原因なんです」(清水さん)

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

女子の悩みに効く本は、女性書店員が知っている!

書店ガールズのセレクトBOOK

モア世代の書店員さんが、女性ならではの切り口で、女子の悩みに効く本を選んでくれました!

選んでいただいたのは…

「TSUTAYA」有楽町マルイ店
店長・松村伊公子さん

有楽町店は女性向けの書籍が充実！ TSUTAYAの携帯サイトでも、悩みや気分に合った本や映画を提案してくれる「ツタヤコンシェルジュ」を開始

「紀伊國屋書店」京橋店
出口美穂さん

通勤・帰宅途中の女性客が7割を占めるという、京橋駅の大型モールにある京橋店。「女性受けがよい書籍をたくさんそろえてます！」（出口さん）

「ヴィレッジヴァンガード」
自由が丘店 花田菜々子さん

独自の視点で"何か心にひっかかる本"を多数セレクトする『ヴィレヴァン』。「まっすぐ帰りたくない夜は気軽に遊びにきてください！」（花田さん）

恋愛のお悩み

結婚の迷いに効く

『夫婦一年生』

朝倉かすみ著（小学館¥1260）

↑「結婚したばかりの夫婦を描く小説で心が温かくなります」（松村さん）。新婚生活のうれしさ、楽しさだけでなく不安も描くことで、よりいっそう"夫婦っていいな"と思える

恋のネガティブ思考に効く

『もろだしガールズトーク アラサー流 愛とエロスと女磨き』

アルテイシア著
（ベルシステム24 ¥1365）

店頭では100冊を山積みで展開したそう。「下ネタ炸裂の本音トークは爆笑もの。"愛されテク"なんてやめてそのままの自分で男子にぶつかろう！と勇気をくれます」（花田さん）

失恋に効く

『LOVE&FREE ~世界の路上に落ちていた言葉~』

高橋 歩著（サンクチュアリ・パブリッシング¥1365）

「南極から北極まで、気の向くまま放浪した著者。元気の出る言葉がたくさんあります」（出口さん）。小さな世界観を壊し、立ち止まってしまった背中を押してくれる

伝えられない気持ちに効く

『彼女の命日』

新津きよみ著
（ハルキ文庫¥680）

…日に他人の体を借り、この…に戻ってきた主人公。自分…亡き後の家族、恋人の変化…知る。「本当に大切な人、も…を再確認でき、伝える勇気…わいてきます」（出口さん）

倦怠期に効く

『届かなかったラヴレター』

届かなかったラヴレター発刊委員会編
（徳間文庫¥660）

人気サイトから抜粋した、恋文集。自分の気持ちを素直に思い返し、伝えるきっかけになるはず。「愛する人に対しての気遣いや優しさを思い出させてくれます」（松村さん）

苦しい不倫の恋に効く

『らも 中島らもとの三十五年』

中島美代子著
（集英社¥1470）

作家・中島らもと添い遂げた妻の記録。「不倫に苦しむ心のままを記し、愛を貫く姿に心打たれます。不倫する側、される側、どちらの立場の人にも読んでほしい」（花田さん）

遠距離恋愛に効く

『エンキョリレンアイ』

小手鞠るい著
（世界文化社¥1575）

東京とニューヨークを結ぶ純愛物語。会えないからこそ伝えられ育つ感情もあると気づくはず。「離れてても心はつながっている、あらためてそう思える小説です」（松村さん）

恋のエゴに効く

『恋愛について、話しました。』

岡本敏子×よしもとばなな著
（イースト・プレス¥1470）

「岡本太郎氏のパートナー、敏子さんの愛には汚い気持ちがまったくなく、"きれいごとでは？"と思うけれど、崇高な恋愛ができた理由も、この本を読めば納得」（花田さん）

わからなくなった恋に効く

『銀二貫』

高田 郁著
（幻冬舎¥1000）

"銀二貫"のお金が絡む人情物語。顔半分にやけどを負ったヒロインへの恋を貫く主人公に感動！ 「純愛時代小説から、本当の恋とは何かを感じ取ってください」（出口さん）

大人の片想いに効く

『乙女の教室』

美輪明宏著
（集英社¥1470）

↑本誌での人気連載を収録。「毎日補充するほど人気の美輪さん関連本の中でも、特に売れ筋の一冊。恋を制するにはまず自分磨きから！ あなたの品格をグングン上げます！」（出口さん）

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

仕事のお悩み

仕事のハリに効く

『モデル失格 幸せになるためのアティチュード』

押切もえ著（小学館101新書¥777）

トップモデルの著者が、現在に至るまでの苦悩と、その経験を通して得た美の秘訣や生きる姿勢をつづった自伝。「若い女性を中心に売れています。キラキラ輝いて仕事をするためのヒントが満載です！」（出口さん）

上司へのイライラに効く

『女性が職場で損する理由 ～賢くふるまう技術～』

古川裕倫著（扶桑社新書¥714）

男と張りあって働くのではなく、男に媚びるのでもなく、"女性らしく"働くことは、女性にとって大きな武器になると説く。「円滑に仕事を進めるための考え方など、かなり使える一冊です」（出口さん）

コミュニケーショ
に効く

『話すチカラを つくる本』

山田ズーニー著
（知的生きかた文庫¥50

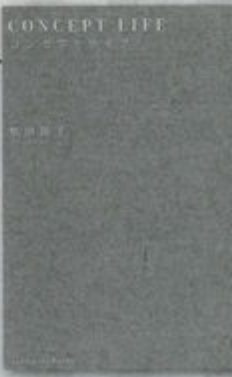
相手の心に橋をかける方
身につけられる。「自分
にある思いは何か？ な
わらないのか？ 自分の
ち、相手の気持ちに、た
たすら真剣に向かいあう
教えてくれます」（花田さ

仕事の楽しさに効く

『コンセプトライフ』

柴田陽子著（サンクチュアリ・パブリッシング¥1365）

退屈な仕事をワクワクするものに変える、著者のコンセプト発想術が満載。「ビジネス書より読みやすく、写真もかわいくて面白い！ 仕事に不満を感じている人は、ハッとさせられるはず」（花田さん）



やる気に効く

『コスメティック』

林真理子著（小学館文庫¥600）

不倫、嫉妬、裏切りなど、化粧品業界の裏側で繰り広げられる30代女性たちの闘いを描いた小説。「落ちぶれてもなお懸命な主人公。仕事も恋も全力投球で頑張ろう！ と思わせてくれます」（松村さん）

家族愛に効く

『こちらの事情』

森 浩美著（双葉文庫¥630）

子どもを持つ親、年老いた母を持つ息子など、平凡な幸せを得ながらも、それぞれに問題を抱える家族に起こる出来事を描いた、泣ける短編集。「家族や愛する人の大切さが身にしみます」（出口さん）

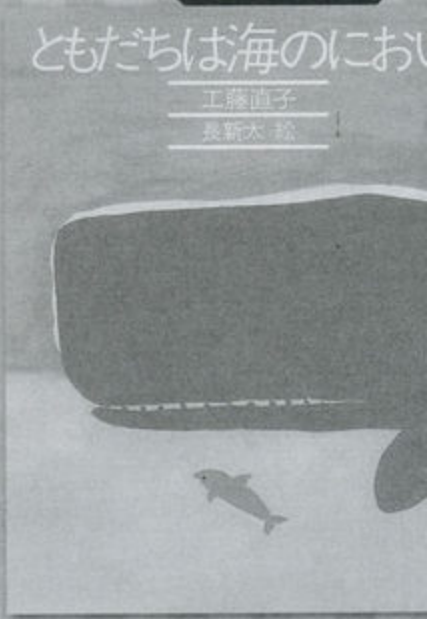
過剰な自意識に効く

『本当は ちがうんだ日記』

穂村 弘著（集英社文庫¥480）

冴えない自分の人生にぐるぐる悩む歌人のエッセイ。「素敵な自分を目指して悪戦苦闘する著者のダサさ、おもしろさ。カッコ悪い自分を思いきり笑い飛ばし、そして愛しいと思えてきます」（花田さん）

人間関係のお悩み



毎日のイライラに効く

『今日も怒って しまいました』

益田ミリ著（文春文庫¥560）

↑「日々遭遇する失礼な人、身勝手で、思いやりのない言動……。"これ、おかしくない？"と思うことを、一挙に斬ってくれる一冊。たまっていたイライラがすっきり、さっぱりします！」（花田さん）

職場の人間関係
に効く

『「愛され社員」で行こう!』

藤沢あゆみ著（日本実業出版社¥1365）

↑人に好かれ、仕事もできる……そんな愛され社員になるための、"ちょいオカンの法則"、"真心1秒の法則"など、60の法則を提案。「ユニークな切り口で、なるほど！ と納得できます」（松村さん）

ヘコんだ友情に効

『ともだちは 海のにおい

工藤直子著／長 新太
（理論社¥1260）

生き方も好きなものも違
くじらといるかが友達に
同じ海で一緒の時間を楽
会話をするうちに、自然
きいの心を動かされるよ
なっていく。優しい気
にさせてくれます」（松
ん）。孔行から悲しきたつ

慧美网
vimee.net
hudie.com

防犯MORE

夜道・公[illegible]……実はあなたはスキだらけ!

どうしよう!?の危険回避ナビ

「私だけは大丈夫」――その油断こそ、犯罪者の大好物!
今日からできる回避術で、日常に潜む危険を徹底ガード!!

取材・文／国分美由紀　撮影／坂野賢治　イラスト／伊藤美樹

教えてくださった方々

セコムの女性社員を中心に結成された、セコム「働く女性の安全委員会」のみなさん。■http://www.secom.co.jp/anshinnavi/

大切なのは〝意識〟。明日はわが身と心得て!

ストーカーや通り魔、ひったくりなど、女性をターゲットにした犯罪は、年々、凶悪化の傾向に。けれど、どこか他人ごとに感じている人も多いのでは? セコム「働く女性の安全委員会」の調査によると、なんと87%以上の女性が自宅や外出時の防犯対策をしていないことが判明!

「防犯といっても難しく考えず、毎日の生活や行動を意識することで多くの危機から身を守ることができます」(働く女性の安全委員会・川上敏枝さん)

自治体によっては、地域の犯罪情報を携帯メールで知らせてくれるサービスもある。危険回避には、事前の対策が最大の防御。できることから実践して!!

屋外にて…

通りなれたいつもの道にも多くの危険が潜んでいる!

ケース1 バイクが追い越しざま自転車のかごからトートバッグを……

「前かごにバッグを入れていたら、後ろから来たバイクにひったくられました。その拍子に私はバランスを崩して転倒。今も、バイクの音がすると恐怖を感じます」(商社・26歳)

回避ナビ バッグの持ち手が見えないように隠す!

「荷物の持ち手が見えていると奪いやすく、格好のターゲットに。かごロックやカバーなど、自転車用のひったくり防止アイテムを活用して。前かごの荷物の上に雑誌をのせるなどして、持ち手を隠すだけでも効果的です」(働く女性の安全委員会・藤本恵里さん)

自転車かごとバッグの持ち手をがっちりロック!「かごロック」¥1449／セコム

ケース2 車が追い越しざま、手に持っていたハンドバッグを……

「音楽を聴きながら帰っていたら、突然バッグを引っぱられて。車に乗っていた犯人はバッグを奪ってそのまま逃走。一瞬の出来事で、何もできなかった」(サービス業・27歳)

回避ナビ 音楽プレーヤーや携帯電話はできるだけ使用を避けて

「携帯電話で話しながらや、音楽を聴きながら歩くと、周囲の音に鈍感になるのでとても危険。荷物を建物側に抱え、物音がしたら振り返るぐらいの緊張感を持って。車道との段差やガードレールのない道は特に狙われやすく要注意!」(委員会・齋藤明日香さん)

荷物から数メートル離れると警告音が。置き忘れ防止にも。「離れるとアラームWSA500」¥2971／東急ハンズ

ケース3 知らない男性に突然抱きつかれて乱暴されそうに……

「結婚式の二次会帰り、お酒も飲んでいい気分で歩いていたら、薄暗い曲がり角で突然後ろから男性に抱きつかれて……。同じ道を通れないほどのトラウマに」(営業・28歳)

回避ナビ 防犯ブザーを手に持ち周囲を見ながら速足で!

「街灯のない場所や細い路地、曲がり角や公園・駐車場付近は、誰かが潜んでいても気づきにくいので特に注意が必要です。また、フラフラ歩いていると狙われやすいので、できるだけ速足で歩くように心がけて。手にはぜひ防犯ブザーを!」(委員会・川上さん)

音と同時に赤くて強い光が点滅。「おまもり携帯アラーム2」¥714／セコム

蝴蝶网 hudie.com
慧美図 .net

ケース 5

通勤途中の満員電車で **チカンに** お尻を触られてる……

「ラッシュ時の電車で、ドア近くに立っていたらチカンに遭遇。声を上げるのも恥ずかしいし、混雑した車内で動くこともできず、降りる駅まで耐え続けました」（事務・26歳）

回避ナビ 防犯ブザーなどを使って毅然とした態度を表して

「チカンは毅然とした態度で応酬されることを恐れるので、経済新聞や英語の原書を持ったり、防犯ブザーをバッグからぶら下げておくのも効果的な撃退法。チカンが好むドアや車両の連結部付近、乗り換えに便利な出口付近の車両は避けて」（委員会・川上さん）

ストラップを引っぱると大音量のアラームが。小さいので持ち運びも便利。「防犯アラーム・ミニミニ」¥840／セコム

ケース 4

残業で遅くなった帰り道、**通り魔に** ナイフをつきつけられて……

「仕事柄、帰りが深夜になることもしばし[illegible]疲れてぼーっと歩いていたら、前から人の[illegible]配。顔を上げると、ナイフを持った男が……[illegible]夢中で走って逃げました」（マスコミ・29歳[illegible]

回避ナビ もしもの時に駆け込める場所を事前に把握して

「二次被害を防ぐためにも自宅には逃げ込[illegible]いこと。交番や救急病院、コンビニなど、万一の時に逃げ込む場所を事前に考えておいて[illegible]住宅街の場合は深夜でも明かりのついている[illegible]を把握しておくなど、いざという時の避難[illegible]の見当をつけておくと安心」（委員会・藤本さ[illegible]

軽く息を吹き込むだけで[illegible]い大音量が出るホイッス[illegible]「レスキューホイッスル[illegible]Call」¥420／セコム

ケース 6

いつもの帰り道、誰かに **つけられている** 気がしてならない……

「帰り道でずっと見られている気がして、友達に相談したけど相手にしてくれません。でも、やはり本当につけられている……これって、まさかストーカー!?」（販売・27歳）

回避ナビ 気になったらまずはコンビニや交番へ

「まずは、防犯カメラが設置されているコンビニや交番に入るなどの行動で相手を威嚇することができます。明らかにつけられているなら迷わず交番へ。ストーカーは生活スタイルを知ろうとするので、通勤時間や通り道を変えるのも手です」（委員会・齋藤さん）

ボタンを押すだけでセコムに通報できるサービス。「ココセコム」月額¥945～／セコム

こんな危険も!

元カレがストーカーみたいに電話をかけてくる

「先月別れたカレから突然の電話。『やり直そう』と言われて断ったけれど、それから頻繁に電話がかかってくるように。元カレだし、警察に相談するべきかどうか迷ってます」（金融・28歳）

回避ナビ 自分で解決しようとせずに第三者や警察に相談を!

「被害者の54％が交際相手（元交際相手を含む）というデータもあります。誤解させる言動をしない、合鍵を安易に渡さないのはもちろんですが、危険を感じたらまずは警察に相談を」（前出・藤本さん）

照明をタイマー操作して、帰宅時間を目くらまし！「リーベックス　デジタルプログラムタイマー」¥2180／東急ハンズ

ケース 7

車から声をかけられ **連れ込まれ** そうになった……

「『道を教えてほしいんですが……』と車から声をかけられ、親切心で立ち止まったら、突然腕を引っぱられて車に連れ込まれそうに。今思い出してもゾッとする！」（製造・25歳）

回避ナビ 歩道寄りに低速で走る車には特に注意して

「第一に、車から声をかけられたら『おかしい』と思う感覚を持ちましょう。急にスピードを落として近づいてくる車や歩道に寄って走ってくる車、[illegible]まっている車には近づかな[illegible]ガー[illegible]る道を[illegible]で歩く[illegible]が[illegible]（委員会・[illegible]さん）

防犯ブザー、ホイッス[illegible]ル、ライトと3通[illegible]搭載。「ホイッスレ[illegible]ー」¥[illegible]／セコム

vimee.net hudie.com

どうしよう!?の危険回避ナビ

屋内にて…

自宅に着いたからといって
まだまだ油断は禁物!

廊下で…

「マンションに帰りエレベーターを降りると非常階段のほうに人の気配が！　影が近づいてきたので急いで部屋に入って鍵を閉めたけど本当に怖かった」（経理・28歳）

回避ナビ

- まず物音や人影を確認
- 別の部屋に助けを求める
- 違う階や管理人室へ移動を

「怖いとは思いますが、ストーカー被害など後々のことを考えて自分の部屋に逃げ込むのはできるだけ避けて。違う階に移動したり、隣の部屋に助けを求めるのもいいでしょう。そのためにも、普段から隣人と挨拶などのコミュニケーションは取っておいたほうがいいですね。『玄関まであと少し』と油断しがちな時こそ、周囲に気をつけることが必要です」（委員会・齋藤さん）

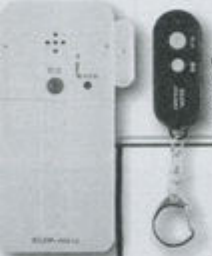
玄関で…

「『玄関を閉めようとしたら後ろから押し入られた』というニュースを聞いて以来、急いでドアを閉めているけど、もっと確実な方法が知りたい」（美容師・25歳）

- 周囲を見ながら開け閉めを
- 基本は1ドア2ロック
- インターホンを有効活用

「最低限、何度も周囲を確認してから開閉して。ひとり暮らしを悟られないよう、インターホンを押したり、『ただいま』と言いながら入るのもオススメ。記録モニターつきのインターホンなら不審者対策にも効果的。ドアスコープが外からのぞけるタイプは、ガムテープや布で目隠しを。鍵は、1つのドアに対して2つつけると安心。取り付けが簡単なサムターンカバーもあるので、使いやすいものから取り入れて」（委員会・齋藤さん）

↑サムターンにかぶせ付属ネジで固定するだけ。「アルミ製あきすばん」¥1669／セコム



←不正侵入をアラームで警告。「リモコン式ドアアラーム　ARA-02」¥3980／東急ハンズ

エレベーターで…

「『閉』のボタンを押そうとしたら、男の人が走って乗り込んできて焦った経験が。住人だったからよかったけど、もし犯罪者だったらと思うと……」（保育士・27歳）

回避ナビ

- 乗り込む時は周囲をチェック
- 壁に背中をつけて、手はボタンの位置へ
- 電話がかかってきたフリをして途中階で降りる

「まず、周りに人がいないかチェックしてから乗る習慣をつけましょう。乗る時は、ボタンの近くに立つのが基本。途中階のボタンを押しておけば、誰かが乗ってきてもすぐに降りられます。もしふたりきりになりそうなら、郵便受けを見に戻る、電話がかかってきたフリをして外に出るなど、相手が本当に住人だった場合も考慮してさりげなく回避して」（委員会・藤本さん）

エントランスで…

「防犯を考えてオートロックのマンションに住んでいます。でも、エントランスを入る時に知らない人が後ろから一緒に入ってくることもあって……」（自営業・26歳）

回避ナビ

- 誰か来たら先を譲る
- 普段から住人と挨拶を交わしておく
- 郵便受けからの個人情報流出に注意

「オートロックでも、住人以外が入れる危険性を自覚しましょう。誰かがエントランスに来たら『お先にどうぞ』と譲るのもいいですね。日常的に挨拶を心がけていれば、住人かどうかも判別しやすくなります。それから、意外に盲点なのが郵便物。個人情報が書かれたDMなどを共有のゴミ箱に捨てるのは危険！」（委員会・川上さん）

貼るだけで犯罪意欲を撃退！　2枚入り。「防犯シール・警備中Sサイズ BS818」¥294／東急ハンズ

vimeze.net

蝴蝶网 hudie.com

回避ナビ

●洗濯物の干し方に注意を
●外からの死角をつくらない
●窓も1カ所2ロックが基本

「高層になるほど管理人室やオートロックの抑止力は減少します。また、干しっぱなしの洗濯物は、留守であることを泥棒に知られてしまうので、除湿乾燥機などを上手に使って室内干しを。自宅の場合、防犯の要は窓。植物などで死角をつくると、外からの視線を気にすることなく侵入できるので逆効果に。簡単な補助錠使用はもちろん、ひとり暮らしならホームセキュリティも月額数千円から利用できるので、対策のひとつとして考えてみては」（委員会・川上さん）

↓これで安心。「セコム・ホームセキュリティ」月額¥4000台～／セコム

↓簡易補助錠で戸締り強化。「ワンタッチ・シマリ」¥525／セコム

回避ナビ

●窓辺のアイテムやカーテンに注意
●窓まわりの防犯グッズを活用
●外から見える位置に貴重品を置かない

「住宅への侵入手段で多いのが、窓からのガラス破り。建物の間や高層階であっても、上から降りてくる『下がりぐも』という手口があるので危険。ぬいぐるみや、かわいい柄のカーテンは女性のひとり暮らしを知らせることになるので注意が必要です。泥棒は侵入に時間がかかると諦めやすいといわれているので、窓用の補助錠や防犯フィルムで対策を」（委員会・藤本さん）

↑補助錠とアラームが一体に。両面テープで固定するだけ。「まど番す」¥2980／セコム

↑窓ガラスが割られにくくなる。「スーパーポリス（防犯フィルム）」¥6300／セコム

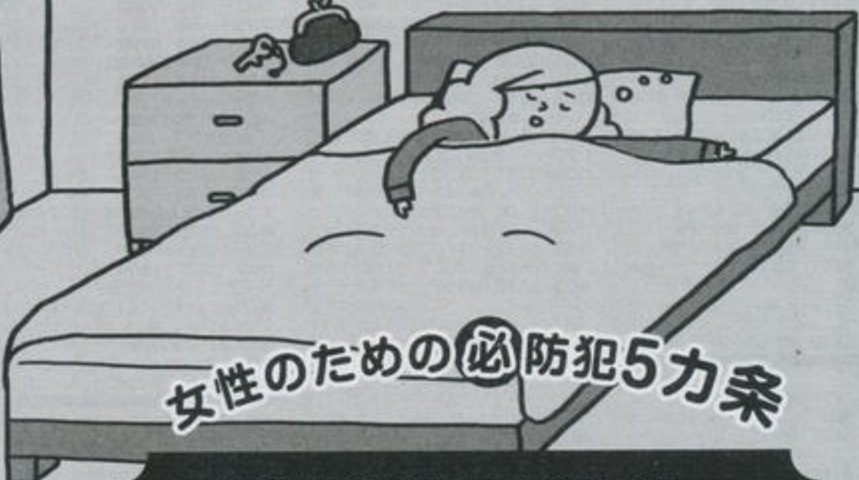
↑窓の振動と開閉を検知して警報音を発報。「ゆれてもあいてもナール」¥1680／セコム

窓で…

「隣の壁に面した窓辺だから安心して花やキャンドルを飾っていたら、ある日、その窓が壊され、テーブルに置いていた財布などの貴重品が盗まれた！」（営業・27歳）

ベランダで…

「オートロックの高層マンションに住んでいるのにあき巣に入られました。外から部屋が見えないよう、ベランダに大きな鉢植えも置いていたのに……」（販売・28歳）



こんな危険も！ 盗聴や盗撮されているような気がする……

「はっきりした根拠はないけれど、近頃、なんだか盗聴されているような気がして不安です。いきなり業者に頼むのも気が引けるし、自分でできる対処法があればいいんだけど……」（事務・27歳）

回避ナビ

気になるならまずセンサーで確認を

「自宅に不用意に第三者を入れないように気をつけて。盗聴・盗撮機発見センサーも有効ですが、思い当たることがあるなら、専門家に依頼を」（委員会・齋藤さん）

盗聴・盗撮機を感知すると音と光で反応。「盗聴・盗撮機発見センサークロスガード」¥3675／セコム

女性のための㊙防犯5カ条

1 常に緊張感を持って生活すべし
日頃から防犯意識を持つことが最大の対策！　「まさか自分が」と思う気持ちもわかるけれど、被害者になる可能性を十分意識して。

2 まずひとつ、できることから取り入れよ
一度にすべてやろうと思うと、モチベーションも下がりがち。500円前後の補助錠を買って取り付けるなど、まず何かひとつ始めてみて。

3 女性のひとり暮らしをさとられぬよう注意
特に洗濯物は要注意。どうしても外に干したいなら、男性物と一緒に干して夕方には取り込むなどの工夫が必要。基本は室内干しで。

4 ひとりで解決しようと思うなかれ
コンビニや交番、友人など、何かあれば駆け込んで相談を。少しでも恐怖を感じることがあったら、ひとりでなんとかしようとしないで。

5 個人情報がもれている可能性を忘れるな
歩きながらの通話やゴミの捨て方、スーツケースのネームタグなど、気づかないうちに個人情報を漏洩しているという自覚を持って！

vimeo.net
蝴蝶网
hudie.com

アディア渋谷店
03・5458・8855
ィアラ
03・3464・3310
HC
0120・333906
イシー代官山店
03・5728・6718
ィセンシア［お客様センター］
0120・714115
ィファニー・アンド・カンパニー・
ャパン・インク
0120・488712
ピアス
イヤモンドジュエラーズジャパン
03・5524・6055
ES PRES
03・5456・4641
ュアルインダストリー
03・5728・7227
ュアル スレッド
楽町マルイ店
03・6738・3637
ルタ
03・3485・0933
急ハンズ渋谷店
03・5489・5111
ゥーズィエム クラス青山店
03・5469・8868
ゥーズィエム クラス福岡店
092・733・7127
ゥーズィエム クラス ラリュー
03・5413・3607
OMORROWLAND
03・5456・4630
ゥロワー 青山店
03・5464・0226
ゥロワー 福岡店
092・739・3900
ゥロワー 丸の内店
03・6259・3930
ーキョー ドライブ
0422・28・6399
コ パシフィック 青山店
03・5411・0589
ータリテ［プレスルーム］
03・5428・6631
ッコ
0467・74・0722
OPSHOP / TOPMAN
03・5414・3090
ビックラックス 新宿
03・3349・5648
ライオール
043・270・0588
ラスティック
03・5773・1060
ランスコンチネンツ［ポイント］
0120・601162
ランバッグ ディヴィジョン
03・3861・7320
レステリア 銀座店
03・3538・5961
レステリア 神戸本店
03・5457・2431
ROVE
03・3476・0787
ロシーズ
03・3470・6511

イチチ
03・5771・5198
INE 青山
03・6427・9991
谷園
0120・919454
ガボリ
03・3839・7802
ARS JAPAN
0120・356686
チュラルビューティーベーシック
03・5467・1857
ノ・ユニバース 梅田
06・6347・5157
ノ・ユニバース 浦和
048・611・8340
ノ・ユニバース
ラウンドフロアー 渋谷
03・5456・9957
ノ・ユニバース
ラウンドフロアー 新宿
03・5339・3885
ノ・ユニバース 新宿
03・5339・3885
ノ・ユニバース 東京
03・5456・9957
ノ・ユニバース 名古屋
052・259・6351
ノ・ユニバース 難波
06・6634・1363
ノ・ユニバース 福岡
092・752・7447
ノ・ユニバース 船橋
047・421・7235
ノ・ユニバース 横浜
045・440・6031
ッセン
0120・202000
ューバランス ジャパン
03・3546・0997

信本店
☎03・3796・0805
ネイション ショールーム
☎03・5774・7569
ネイルラボ
☎0120・198711
ネペンテス 東京
☎03・3400・7227
ノジェス
☎0800・300・3315
ノースコーナー
☎0770・20・1231
ノンサンス代官山店
☎03・3462・5430
ノンサンス ラフィネ
新丸ビル店
☎03・3211・5355

は

ハイブリッジ インターナショナル
☎03・3486・8847
パサージュ ミニョン
☎03・5117・2711
ハッシュアッシュ
☎03・5117・2711
パドル PR
☎03・5771・5995
パナシェ
☎03・3498・0580
ハニーズ 渋谷109-②店
☎03・3477・8087
ハニー ミー ハニー
☎03・6657・1600
パピヨネ銀座店
☎03・5524・0363
バビロン［トリニティー］
☎03・6826・7001
バビロンストック
☎04・2902・5237
ハム
☎03・6902・0456
ハリウッド ランチ マーケット
☎03・3463・5668
ハリコット ルージュ
プレスルーム
☎03・3868・0054
ハリス
☎0120・807806
バルコニー代官山店
☎03・5456・5005
バルファム ジバンシイ
☎03・3264・3941
パルファン・クリスチャン・
ディオール・ジャポン
☎03・3239・0618
バロー 銀座店
☎03・6253・7051
パンソー 表参道店
☎0120・298133
ビアズリー 自由が丘店
☎03・5731・0536
PR01.［プレスルーム］
☎03・3406・0430
ビーアンエンジェル
☎03・5117・2711
P&T Trading
☎03・6419・0784
ビー・エックス
（ディグレース）
☎03・5469・6420
ビー・エヌ
☎0277・45・3004
VIS
［ジュンカスタマーセンター］
☎0120・298133
B'2nd 神南レディス店
☎03・3770・2922
ビーチ・ジョン
☎0120・066107
ビバ・サーカス
［モード・エ・ジャコモ プレスルーム］
☎03・5464・1775
ビバ・サーカス
ブライヴ リラクシング
［モード・エ・ジャコモ プレスルーム］
☎03・5464・1775
VIVAYOU
☎03・5467・1884
ビームス銀座
☎03・3567・2291
ビームス street
☎03・5992・0822
ビームス タイム
☎03・3780・5501
ビームス原宿
☎03・3470・3947
ビームス ボーイ池袋
☎03・5992・0623
ビューティ＆ユース
ユナイテッドアローズ
渋谷キャットストリート店
☎03・5468・3916
ビューティ＆ユース
ユナイテッドアローズ 渋谷公園通り店
☎03・5428・1894
ビューティフル ピープル
☎03・3560・7457
ヒロタ
☎0120・311903
ピンク アドベ
☎03・5117・2711

ファー
☎078・331・1209
ファウンドフレス恵比寿
☎03・5475・8452
ファビオ ルスコーニ 六本木店
☎03・3408・8682
ファンケル
☎0120・352222
フィルム
☎03・5413・4141
フェルトリーネ 丸の内店
☎03・6212・1555
フォーエバー21原宿店
☎03・3404・3201
フォリフォリジャパン
☎03・3478・0681
ブティック トレイズ
☎03・3406・1250
ブラス ヴァンドーム
池袋西武本店
☎03・3986・6968
プラダ
ジャパンカスタマーリレーションズ
☎0120・559914
ブラッシュ&ラッシュ 表参道ヒルズ店
☎03・3475・8212
ブーラフリーム
［ジュンカスタマーセンター］
☎0120・298133
ブランコワール
☎03・3722・5111
フリーズ ショップ
☎03・3409・0512
フリーズ マート 自由が丘店
☎03・3723・4551
ブルーベル・ジャパン
香水・化粧品事業本部
☎03・5413・1070
ブルーマーブル
☎03・3498・6023
ブルーミングマーケット
☎03・5468・7725
プレスルーム
☎03・3449・1192
フレックス・ファーム
☎03・3470・8670
フレームワーク 自由が丘店
☎03・5701・0374
フレームワーク
BC SALON 渋谷店
☎03・6418・0063
ブロンディ渋谷
☎03・5464・2792
ベキュア［お客様相談室］
☎03・5462・1763
ヘザー［ポイント］
☎0120・601162
ベルシオラ
☎0800・300・3336
ボーテ ド コーセー
☎03・3273・1940
ボニータ渋谷109-②店
☎03・3477・8049
ボニータ池袋アルパ店
☎03・3987・1550
ボーラ
☎0120・117111
ポール&ジョー ボーテ
☎0120・766996
ボワン ド ミニョン 新丸ビル店
☎03・3211・0156

ま

マイ ダルタニアン
☎03・6426・1766
マーキュリーリュクス
☎06・6245・3815
マーク ジェイコブス
カスタマーセンター
☎03・4335・1711
M・A・C（メイクアップ アート
コスメティックス）

☎03・5251・3541
マックス ファクター
☎0120・021325
マルイプレスルーム
☎03・3476・8000
ミキモト
☎03・5550・5678
MIZUKI
☎0800・3003033
三鈴商事
☎03・3874・8216
ミスティック 原宿店
☎03・5774・8116
ミニマム
☎03・5117・2711
ミニョン ルミネ新宿店
☎03・3343・2328
ミミ&ロジャー
☎03・5414・5322
ミュージアム フォー シップス
☎03・3496・0481
ミリオンカラッツ
☎03・3496・1371
ムラキ
☎0120・502881
メイベリン ニューヨーク
☎03・6911・8585
メゾン ルージュ
☎03・5117・2711
メルチェリア ドレステリア 新宿本店
☎03・5368・0172
メルローズ
☎03・3464・3310
モーダ・クレア
☎03・3875・7050
モーテル
☎03・3481・0280
モード・エ・ジャコモ［プレスルーム］
☎03・5464・1775
森永製菓
☎0120・560162
モロコバー ルミネ新宿店
☎03・3342・0139

や

ヤマキ電気
☎0120・850730
ユーシーエス
☎045・260・5175
ユナイテッドアローズ 銀座店
☎03・3562・7798
ユナイテッドアローズ
グリーンレーベル リラクシング
渋谷店
☎03・6415・8065
ユナイテッドアローズ 原宿本店
ウィメンズ館
☎03・3479・8176
ユナイテッドアローズ 原宿本店
ウィメンズ館 スタイルフォーリビング
☎03・3479・8176
ユニクロ
☎0120・090296

ら

ライフ ドルチェ ラボ
プランタン銀座
☎03・6383・2717
ライフビューティー
☎0120・978515
ラヴィジュール［ルミネエスト新宿店］
☎03・3358・7790
ラウンジドレス 渋谷店
☎03・3477・5994
ラ・グラン アクアガール青山
☎03・5414・1260
ラシット丸の内店
☎03・3217・2700
ラッシュジャパン
☎0120・125204
ラ トータリテ ルミネ北千住店
☎03・5284・5909
ラブクレール

［ジュンカスタマーセンター］
☎0120・298133
ランゲージ六本木ヒルズ店
☎03・5771・7100
ランコム
☎03・6911・8151
リズム
☎03・5411・7876
リッシュ
☎06・6532・1919
リッジリン 名古屋パルコ店
☎052・253・7787
リーバイ・ストラウス ジャパン
☎0120・099501
リフラティ シップス
藤井大丸店
☎075・213・3248
リミットレス ラグジュアリー
立川ルミネ店
☎042・528・7835
リンカン オブ ロンドン 青山店
☎03・3408・4500
リンタ ファブリカ
☎03・3470・1543
ルイ・ヴィトン
カスタマーサービスセンター
☎03・3478・2100
ルイ・ヌーベル原宿
☎03・3409・6137
ルイール コーポレーション
☎06・6268・0912
ルージュ・ヴィフ ラクレ代官山店
☎03・5428・0104
ルージュ ディアマン
☎03・3794・5566
ル ドーム イエナ名古屋店
☎052・265・2607
ル ドーム イエナ丸の内店
☎03・6212・2465
ルーニィ
☎03・3794・5566
ルビーリベット有楽町
☎03・6738・3800
REZOY渋谷109店
☎03・3477・5055
レプシィムローリーズファーム
［ポイント］
☎0120・601162
ロイヤル オーダー
新宿伊勢丹本館店
☎03・3358・0399
ロイヤル パーティー
☎03・6825・9595
ローガールズ
■http://www.raw-girls.com/
ロージーローザ
☎03・5212・3766
ローズ バッド
☎03・3797・3290
ロート製薬［オバジコール］
☎03・5442・6098
Ropé Picnic
［ジュンカスタマーセンター］
☎0120・298133
ROPÉ PICNIC PASSAGE
［ジュンカスタマーセンター］
☎0120・298133
ローリーズファーム［ポイント］
☎0120・601162
ロレアル パリ［お客様相談室］
☎03・6911・8483
ロンシャン・ジャパン
☎0120・150116

わ

ワグ インク
☎03・5791・1501
ワコール［お客様センター］
☎0120・307056
ワンアフターアナザー
ナイスクラップ
☎03・6418・4640

MORE年間定期購読のご案内

お近くに書店がない方、定期的に書店に通うことが難しい方など、MOREを書店でお求めにくい場合には、年間定期購読をおすすめします。お申し込みいただいた方々には、毎月、集英社から直接、みなさまのお手もとに本誌をお送りいたします。

●特大号定価値上げ分、及び送料はサービスとさせていただきます。●12冊以内に増刊号が発行された場合は、この年間定期購読の対象とはなりません。●入金確認後の最新号（手続きの関係上、4週間後以降発売の号）より1年間のお届けになります。●メール便、郵便、あるいは宅配便でお届けします。●本の到着は発売日の予定ですが、配達事情などで若干ずれることもありますので、ご了承ください。●海外への発送はご容赦ください。●中途解約及び返品などにつきましては、右記集英社読者購読係にお問い合わせください。

お申し込み方法

●お電話で!（集英社読者購読係）
03-3262-7688

●インターネットのHPから!
more.shueisha.co.jp/

●携帯電話から!
http://www.shueisha.co.jp/teiki/
i-mode、EZweb、SoftBankの「ケータイ集英社TOP」からもアクセスできます。
※携帯電話で簡単アクセス

お支払い方法

クレジットカード、郵便振替でのお支払いをご利用します

コンビニエンスストア
クレジットカード
VISA、マスター、JCB、NICOSカードがご利用になれます。

購読料**6720円**
（税込み：1年間12冊分）

お問い合わせ先（電話受付時間 9時30分～12時・13時～17時 土・日曜・祝日休／FAXは24時間）
集英社読者購読係／TEL03-3262-7688 FAX03-3230-0242
販売事業者／株式会社一ツ橋企画 代表者 小島優一 東京都千代田区神田神保町2-17-10集英社共同ビル3F（株）集英社は販売に関わる代金決済と商品の発送、及びカスタマー業務を（株）一ツ橋企画に委託しています。

●集英社の個人情報の取り扱いについて お客様の個人情報は厳重に保管・管理しております。お客様の承諾を得た場合を除き、目的以外での利用は一切いたしません。

今月の協力店リスト

Shop List

この号の掲載製品のお問い合わせ先

●本誌内の掲載製品の価格は、すべて消費税を含む総額表示です

あ

アイジーエー ☎03・5524・3635
アーヴェルシュシュ ☎03・3834・5151
アーカー クチュール メゾン ☎03・3463・0140
アーカー 神南本店 ☎03・3463・0222
アガット ☎0800・300・3314
アクアガール新宿 ☎03・5908・4718
アクアガール代官山 ☎03・5489・3492
アクセサライズ原宿店 ☎03・5414・0068
アズ ノゥ アズ ピンキー ■0120・713906
アース ミュージック&エコロジー新宿 ☎03・3349・5676
アース ミュージック&エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木 ☎03・5770・5050
アダム エ ロペ白金台本店 ☎03・3444・2421
アツギ ☎046・235・2450
ATO青山店 ☎03・5474・1748
アナザーエディション 原宿本店 ☎03・5785・2501
アナ スイ コスメティックス ■0120・735559
アナップ 原宿竹下通り店 ☎03・5414・3454
アナトリエ神南店 ☎03・3770・4315
アニヤ・ハインドマーチ ジャパン ☎03・5496・8619
アパートバイローリーズ［ポイント］ ■0120・601162
アバクロンビー&フィッチ 銀座店 ■www.abercrombie.com
アバハウスインターナショナル ☎03・5456・8898
アバハウス・ドゥヴィネット リュクス 代官山店 ☎03・5459・6388
アパルトモン ドゥーズィエム クラス 銀座店 ☎03・3562・7070
アーバンリサーチ 渋谷 ☎03・5468・6565
アーバンリサーチ ドアーズ 茶屋町店 ☎06・6485・0178
abc une face ☎03・3408・2771
アメリカンラグ シー［プレスルーム］ ☎03・5469・7686
アメリカンラグ シー 銀座マロニエゲート店 ☎03・5159・1583
アメリカンラグ シー横浜店 ☎045・444・1191
アユーラ ラボラトリーズ ■0120・090030
アルアバイル［プレスルーム］ ☎03・5739・3423
R&E渋谷109店 ☎03・3477・5016
RMK Division ■0120・988271
ari./rich ☎03・5778・0081
アングローバル ショップ 表参道 ☎03・3470・2151
アンシェヌマン ユニ
アトレ恵比寿店 ☎03・5475・8371
アンシェヌマン ルミネ大宮店 ☎048・647・0772
アンジェ 伊勢丹新宿店本館1階 ☎03・3359・1719
アンタイトル ジュエル ☎03・3497・1305
アンダーカレント［ポイント］ ■0120・601162
アンドマーカス ☎03・3400・8322
アンビデックス （グローバル リズムエッセンス） ☎03・3481・8044
アンビデックス （チャイルド ウーマン） ☎03・3481・5881
アンビデックス （ビュル デ サボン） ☎03・3481・5018
アンラシーネ ［キャビンカスタマーセンター］ ■0120・684753
イヴ・サンローラン・ボーテ ■0120・006912
イエナ心斎橋店 ☎06・6282・8019
イーエービー ［キャビンカスタマーセンター］ ■0120・684753
イクヌーザ ☎03・5770・4876
イグニス ■0120・664227
伊勢丹新宿店 ☎03・3352・1111
伊勢半 ☎03・3262・3123
井田ラボラトリーズ ☎03・3260・0671
イデアディール オペーク丸の内店 ☎03・5220・6655
イトキン ［カスタマーサービス］ ☎03・3478・8088
イトク食品 ■0120・481651
イノーヴェ エストネーション 六本木ヒルズ店 ☎03・5159・7800
イプサ ■0120・523543
イマージュお客様デスク ☎0120・988088
イマック ☎03・3409・8271
今与 ■0120・416104
イミュ ■0120・371367
インターナショナルギャラリー ビームス ☎03・3470・3925
INDEX ☎03・5117・2711
ヴァン クリーフ&アーペル ☎03・3569・0711
ヴァンドーム青山 伊勢丹新宿店 ☎03・3350・4314
ヴァンドームヤマダ ☎03・3470・4061
ウィゴー原宿本店 ☎03・3400・7625
ウィット ☎03・5624・4861
ウヴラージュ クラス ☎03・6418・4647
ヴェールダンス ☎03・5467・4641
ウテナ ■0120・305411
H&M ヘネス・アンド・マウリッツ・ジャパン ☎03・5456・7070
エスティ ローダー ☎03・5251・3336
エスペランサ渋谷109店 ☎03・3477・5078
エテュセ ■0120・07431[illegible]
[illegible] ☎03・5[illegible]55・66[illegible]1
エビス化粧品 ■0120・440903
F.E.N. ☎03・3498・1642
エフタイム ☎03・5786・2207
エフ・ディ・エフ・プロダクツ ☎03・5719・3266
エボニーアイボリー 原宿店 ☎03・3406・5658
エミスフェール青山店 ☎03・3479・5840
エリット ☎03・3861・7958
LA☆CELEB ■http://www.la-celeb.com
エルゴット［プレスルーム］ ☎03・5766・6363
エルスタイル ☎03・5464・8304
エルチャンス渋谷109店 ☎03・3477・5074
エルチャンス渋谷109パート2店 ☎03・3477・8066
エルトレス ☎03・5818・5661
エレガンス コスメティックス ■0120・766995
オドゥール・ド・オフェリア ［モード・エ・ジャコモ プレスルーム］ ☎03・5464・1775
オーバータッシェ渋谷109店 ☎03・3477・5023
オーピーアイジャパン ☎045・222・6570
オフザウォール ☎03・5117・2711
オプティカルテーラー クレイドル青山店 ☎03・6418・0577
オプティチュード 青山店 ■0120・298133
オープニングセレモニー プレスルーム ☎03・5456・4540
オペーク ギンザ ☎03・5250・1184
オリエンタルダイヤモンド ■0120・120200
オリジンズ ☎03・5251・3550
オンワード樫山［お客様相談室］ ☎03・5476・5811

か

花王 ☎03・5630・5010
花王（エスト） ☎03・5630・5040
花王ソフィーナ ☎03・5630・5040
CA4LA ショールーム ☎03・5775・3433
カドー ☎03・5939・8846
カネボウ化粧品 ■0120・518520
ガリャルダガランテ 表参道店 ☎03・5766・1855
カルティエ カスタマー サービスセンター ■0120・301757
キキ ブティック ☎03・3486・0103
木村農園 ☎0567・46・0228
Gap原宿 ☎03・5414・2441
ギャミヌリィ ［ジュンカスタマーセンター］ ■0120・298133
ギャラリー・オブ・オーセンティック ☎03・5412・6905
ギャラリードポップ ☎03・3794・8215
GALERIE VIE ☎03・5456・4642
キャンディッシュ ■0120・310102
ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ ［モード・エ・ジャコモ プレスルーム］ ☎03・5464・1775
銀座もとじ 和織 ☎03・3538・7878
クインク ☎03・5768・3391
グッチ ジャパン カスタマーサービス ☎03・5469・6611
クライ ☎03・6419・1939
クラランス ☎03・3470・8545
グランカスケードインク ☎03・5457・7551
グランドエッジ 渋谷109店 ☎03・3477・5081
クリスチャン ディオール ☎03・3263・2266
グリード 渋谷店 ☎03・5464・8033
クリニーク ラボラトリーズ ☎03・5251・3541
[illegible]ール ドゥ クルール ■0120・922427
クルーン ア ソング 銀座マロニエゲート ☎03・5524・2100
クルーン ア ソング 渋谷パルコパート1店 ☎03・3464・5550
クルーン ア ソング 新宿ルミネ1店 ☎03・3342・7225
クルーン ア ソング プレスルーム ☎03・3797・4003
クロエ インフォメーションデスク ☎03・4335・1750
グローバルワーク［ポイント］ ■0120・601162
ケイト・スペード ニューヨーク ☎03・5467・1657
ケサラン パサラン ■0120・187178
k3 OFFICE ☎03・3464・5357
神戸RANDA原宿店 ☎03・3479・5103
工房グリーム ☎055・273・7707
コーエン ☎03・5418・6766
ゴーゲッター ☎03・5469・0331
ココシュニック ☎03・3497・1309
コージー本舗 ☎03・3842・0226
コスメデック・アイ ☎03・5823・2330
コーセー ☎03・3273・1675
コーセーコスメニエンス ☎03・3273・1538
コーセーコスメポート ☎03・3553・7752
コーチ・カスタマーサービス・ジャパン ■0120・556936
小林製薬［お客様相談室］ ☎06・6203・3625
コールブラック東京 ☎03・5784・5856
コンバース インフォメーションセンター ■0120・819217

さ

ザ グランドホテル ウォーターフォール トウキョウ by A・D・M・J ☎03・5785・0360
ザジ ■0120・684753
ザ ショップ TK ミクスパイス ☎03・5117・2711
ザ パーマネント ウェア ☎03・5464・0721
サマンサタバサニューヨーク 新宿マルイ本館店 ☎03・5919・7330
サマンサタバサプチチョイス プランタン銀座店 ☎03・5159・8875
ザラ・ジャパン ☎03・6415・8061
サロン デュ ラ トリニーテ ［トリニティー］ ☎03・6826・7001
サンカンシオン ☎03・5117・2711
サン・フレール ☎03・3265・0251
ジェリービーンズ［プレスルーム］ ■0120・202177
シェル ダイカンヤマ ☎03・5457・2261
シェル ハラジュク ☎03・5467・8248
ジ・エンポリアム ☎03・5117・2711
シスレージャパン ☎03・5771・6217
資生堂お客さま窓口 ■0120・814710
資生堂インターナショナル ■0120・814710
シップス ジェットブルー 新宿店 ☎03・5369・8171
シップス ジェットブルー 原宿店 ☎03・5414・5747
G GDC ☎03・5969・8587
GDC TOKYO ☎03・5728・2947
ジーナシス［ポイント］ ■0120・601162
ジネス ルミネ立川店 ☎042・521・7630
ジーフット ☎03・5566・8863
ジャイロ ［ジュンカスタマーセンター］ ■0120・298133
ジャイロホワイト ［ジュンカスタマーセンター］ ■0120・298133
ジャコモ・リュクス ［モード・エ・ジャコモ プレスルーム］ ☎03・5464・1775
ジャーナル スタンダード 新宿店 ☎03・5367・0236
ジャーナル スタンダード レサージュ 銀座店 ☎03・5524・2200
シャネル［香水・化粧品］ ■0120・525519
シャネル［ファッション］ ■0120・525195
シャネル ファインジュエリー ブティック本店 ☎03・3501・5730
シャラ ☎03・6762・1101
シャルマン渋谷109店 ☎03・3477・5135
シャンティ ☎03・5212・3761
ジャンティーク ☎03・5704・8188
シャンデリエ 渋谷 ☎03・5456・8251
シャンデリエ 新宿 ☎03・5321・9939
ジーユー ■0120・856453
ジュエルチェンジズ 渋谷店 ☎03・6415・7801
ジュンクラブ ［ジュンカスタマーセンター］ ■0120・298133
ショーメ ☎03・3613・3188
ジョリー ブティック ☎03・5786・1832
ショールーム セッション ☎03・5464・9975
ジル スチュアート ☎03・5467・1827
ジルスチュアート ビューティ ☎03・3273・1631
シンゾーン 表参道 ☎03・5774・1450
シンゾーン 銀座 ☎03・5524・1127
スウィーナ by アース ミュージック ☎03・5770・5050
スージー ニューヨーク ディヴィジョン ☎03・3262・3454
スタイル デパートメント ☎03・5784・5430
スナイデル ルミネ新宿2店 ☎03・3345・5357
スパイラル ガール ☎03・5489・0407
スピック&スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店 ☎06・6348・4845
スピック&スパン ジャーナルスタンダード アウトレット ストア ☎029・833・6602
スピック&スパン 仙台パルコ店 ☎022・774・8141
スピック&スパン ノーブル 六本木ヒルズ店 ☎03・6438・1267
SMOOCH ■http://shop.smooch.jp/
S.O.S fp ☎03・3461・4875
SpRay渋谷109店 ☎03・3477・5171
スワロフスキー・ジャパン ［カスタマー・リレーションズ］ ■0120・108700
セイコーウオッチ［お客様相談室］ ■0120・061012
西友 ■0120・360373
セコムショップ原宿 ☎03・5775・8725
セスト センソ ☎078・325・0572
ソニア リキエル ■0120・074064

た

ダイアナ アモロサ 渋谷店 ☎03・3477・7331
ダイアナ 銀座本店 ☎03・3573・4005
大中渋谷店 ☎03・3463・8756
ダズリン ☎03・5447・6592
タピオ ☎03・3462・2020
ダブル・シー・ヘッドオフィス ☎03・5456・6033
チャオパニック原宿店 ☎03・5774・7941
チル アナップ 原宿店 ☎03・5414・6525

モア・ホームページにショップリストあるよ!
http://www.s-woman.net/more/shop/list.html

今月号のモアの中でよかったテーマを5つお選びください

紙
別付録1／ジル　スチュアート×MORE
上フラワーカレンダー2010
別付録2／2009年、頑張った私に最高の輝き！
降る夜のごほうびジュエリー
ecial Scoop!　玲奈、髪を切りました！
連載／モデルボダブル！　誌上ブログリレー
l.1　竹下玲奈　ナオ
気スタイリスト　旬のネタ帳
宮和也のit［一途］
10年は「モアモデルズ11」の時代です！
「モアモデルズ11×冬トレンド」熱愛SCOOP!
的おしゃれに進化した！
「攻めます！」冬の安リッチ服223
醍だけ狙え！
「アラ9ブーツ」「アラ5パンプス」135
対持ってる「黒」で激突★コーデバトル
「ケイト・スペード」の春呼び財布
180名様にプレゼント！
ンツ派美保vs.スカート派麻里子
タメンボトム3着でOK！
走のベストコーデ20days×2
しゃれ人生相談　梨花のアンサー！
artier Christmas Book
奈も♡　「ジル　スチュアート」の
ラワープリント・マニア
水OK！　「ラッキー財布」で新年をスタート！
2月は最新「コーチ」で盛り上がれ！
冬のヒットコート　甘OR辛　さぁどっち？
BB Channel vol.4　ファーつきダウンコート
レンド満載ローリーズファームで冬のラスト買い！
末年始のイベントコーデ
り？　なし？　本音でジャッジ！
クラ・ドゥ・アルベージュが紡ぐ至福のSTORY
すます進化！　KLEIN+の「ほの甘」フェミニン
ちまちピュア肌♡優秀ベース
「シワ」から始める、必勝！　エイジングケア
おの毛穴　ハリのなさ　暗い目もとに
「レチノバイタル」の力を！
奈カジ★冬の足もとレシピ
っとりぷるぷる肌に必要なのは肌でとるコラーゲン！
んなプロ級！　街のHITヘアアレンジ緊急速報！
レイの秘密は毎日の睡眠から！
NIQLO　パリ　オペラ店オープン騒動記
エステ並みの美肌＆小顔ケアをおうちで！
"盛りアイメイク"でゴージャス★デカ目
惑の眼ざし——やさしく・強く・美しく
夜にきらめく♡真冬のプリンセスネイル
どっちがタイプ？
ふんわり"赤ちゃん肌"＆しっとり"レディ肌"
新連載／山本浩未×篠田麻里子
あの手この手で3倍デカ目project！
新連載／美のカリスマ・IKKOの
ビューティ極め道12か月
毎日のうる肌は、「ディセンシア」で！
MOREランニング部が大集合
みんなで皇居RUNしました！
「ニューバランス」でNAHAマラソンにチャレンジ！
つら〜いパンパン脚をスッキリ!!
相葉雅紀くんとふたり暮らし♡
週末の朝、目覚めたら……
極上男子DICTIONARY　小池徹平
GET MORE×楽天　めっちゃ使える！　すぐ買える！
「安リッチ」服通販
そろそろ本気で……老けないカラダ！
あなたとつくる読者のページ　Re:MORE　リモア
新連載／イラストレーター進藤やす子の
「さすらいの恋愛修業道！」
新連載／みうらじゅんのうしろメタファー
発表！　MORE版　メガヒット番付！
「お薬BOOK」がココロに効く！
どうしよう!?　の危険回避ナビ
ほかほか♡蒸しレシピ
−10キロヤセてみせます！
編集モチコのガチンコダイエット
酒井順子「この顔だった！」
居酒屋はまじへいらっしゃい！
本日のお客様　ベッキーさん
エンタメEXPRESS
Hits！Hits！
ルネ・ヴァン・ダール・ワ……

月号アンケート懸賞当選者発表（敬称略）

］富山県・野沢千華
］香川県・氏次奈津
］鳥取県・内山 子
］山梨県・臼井静智
　長野県・小野結佳
］新潟県・渡邉陽子
　山口県・福田一子
］群馬県・関根友美
　岐阜県・近藤麻美
］福井県・村上弥生
　静岡県・岡本　彩
］滋賀県・岩垣佳代子
［9］宮崎県・黒田卓子
　東京都・神崎弥生
［10］山形県・五十嵐紀子
［11］秋田県・佐藤 緒子
　大阪府・伊勢田早織
［12］石川県・角田　綾
　兵庫県・西村あゆみ
［13］東京都・頼詠　玲
　岡山県・高田ゆいこ
［14］埼玉県・村林安希
　茨城県・楠本夏子

2 次のアンケートにお答えください（答えは順番どおりに）

1●今月号のモアのファッションページの中で最も好きなコーディネートをひとつお書きください（ページ数、写真の番号、あるいは位置を明記のうえ、好きな理由も簡単にお書きください）。

2●今月号のモアのファッションページの中で最も嫌いなコーディネートをひとつお書きください（ページ数、写真の番号、あるいは位置を明記のうえ、嫌いな理由も簡単にお書きください）。

3●「絶対持ってる「黒」で、激突☆コーデバトル」（66〜77ページ）の中で、最も好きなコーディネートをひとつお書きください（ページ数、写真の番号、あるいは位置を明記のうえ、好きな理由も簡単にお書きください）。

〈「そろそろ本気で……老けないカラダ!」（239〜249ページ）について〉

4●この特集は以下の項目で構成されています。おもしろい、役に立つと思ったものを選んでお答えください（いくつでも）。
❶水野美紀さんの老けないオキテ　❷そもそも老けるってどういうこと？　❸老けないオキテ1　冷やさない（白湯＆しょうが）　❹老けないオキテ2　ためない（腸マッサージ＆ためない食生活）　❺老けないオキテ3　たるませない（顔筋トレ）　❻MOREモデルズと読者の「アン活」はコレ！

5●この特集を読んでのご意見、ご感想を以下から選んでお答えください（いくつでも）。
❶自分の年齢や実感にジャストな内容だった　❷エイジングの対策が具体的で役立ちそう　❸「老ける」という実感がないので興味が持てない　❹エイジングの対策に新鮮味がない　❺その他（具体的に）

〈「ほかほか♡蒸しレシピ」に（275〜279ページ）ついて〉

6●この特集を読んでのご意見、ご感想を以下から選んでお答えください（いくつでも）。
❶蒸し料理に興味があったのでタイムリーな企画だった　❷レシピが簡単そうなので作ってみたいと思った　❸お料理写真がおいしそうで興味をそそられた　❹蒸し料理ではない料理レシピのほうがよかった　❺レシピが面倒そうなので作らないと思う　❻レシピに新鮮味がない　❼料理記事には興味がない　❽その他（具体的に）

〈音楽、本、映画、舞台について〉

各設問でいちばん近いと思う答えを1つだけ選んでお答えください。

7●あなたは音楽を聴いていますか？
❶ＣＤ、ダウンロードともに聴く　❷ダウンロードはするがＣＤは買わない　❸ＣＤは買うがダウンロードはしない　❹音楽はあまり聴かない

8●あなたは本（小説や実用書、新書など。※マンガ以外）を読みますか？
❶月に3冊以上買って読む　❷月に1〜2冊は買って読む　❸半年に3〜4冊は買って読む　❹1年に3〜4冊は買って読む　❺本は買わずに図書館で借りて読む　❻本はあまり読まない

9●あなたはマンガを読みますか？
❶ほかの本よりもマンガを読む　❷ほかの本よりは少ないがマンガも読む　❸マンガはあまり読まない

10●あなたは映画館やＤＶＤなどで映画を観ますか？
❶映画館でもＤＶＤでも観る　❷ＤＶＤは観るが映画館にはあまり行かない　❸映画館には行くがＤＶＤではあまり観ない　❹映画館、ＤＶＤでは観ないがテレビ放映は録画して観る　❺映画には興味がない

11●あなたは舞台（演劇）を観にいきますか？
❶年に数回は観る　❷年に1回程度は観る　❸特別興味を持った時だけ観る　❹観ない

〈好きな著名人について〉

12●今、モアの表紙に登場してほしい女性は誰ですか？　具体的に名前をお書きください（何人でも）。

13●12で挙げた方以外で、あなたが好きな、もしくは注目している女性タレント（女優、アーティスト、芸人など）は誰ですか？　具体的に名前をお書きください（3人まで）。

14●あなたが好きな、注目している男性タレント（俳優、アーティスト、芸人など）は誰ですか？　具体的に名前をお書きください（3人まで）。

15●タレント以外で、あなたが好きな、注目している男女著名人（作家、マンガ家、スポーツ選手、政治家、専門家など）は誰ですか？　具体的に名前をお書きください（3人まで）。

16●あなたがいちばん好きなモデルをひとりだけ選んでください。
❶山田みお（モアモデル）　❷篠田麻里子（モアモデル）　❸落合恭子（モアモデル）　❹竹下玲奈　❺加藤夏希　❻田中美保　❼紗耶　❽比留川游　❾大屋夏南　❿木下ココ　⓫ナオ　⓬Emi Renata　⓭神田咲実　⓮森　絢月　⓯ニコル　⓰斉藤アリス　⓱近藤圭都

Enquête

アンケート懸賞1月号

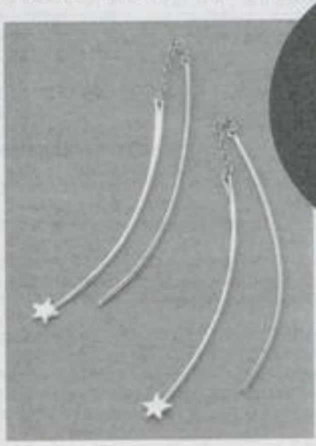
今月号のモアはいかがでしたか？
あなたの声をお寄せください！

毎日をもっと輝かせる

星降る夜のごほうびジュエリーをプレゼント

特別付録『星降る夜のごほうびジュエリー』の中から、ジュエリーを合計13名様にプレゼントします！

撮影／菊池　哲（モデル）　山口恵史（製品）



❶「ヴァンドーム青山」のクリスマス限定スターモチーフネックレス／1名　❷「ノジェス」のマルチチャーム（1点）とネックレスのクリスマス限定セット（チャームの種類は編集部にお任せください）／1名　❸「アンジェラ」のダイヤ×イエローゴールドのピアス＆ネックレスクリスマス限定セット／1名　❹「レ　デッサン　ド　デュー」のクロスモチーフブレスレット／1名　❺「アガット」のシルバー×ダイヤつきレーシーデザインリング（サイズ11号）／1名　❻「4℃」のフラワーモチーフリング（サイズ12号）／1名　❼「yoyu by 4℃」のピースマーク×ハートのネックレス／1名　❽「ノジェス」のダイヤつきピンキーリング（サイズ3号）／1名　❾「スタージュエリー」のスイングスターピアス／1名　❿「ドレス・ア・ドレス」のレタード（HAPPY EVER AFTER）ブレスレット／1名　⓫「アガット」のクラウンモチーフブレスレット／1名　⓬「スタージュエリー」のレタード（sweet）ネックレス／1名　⓭「ノジェス」のゴールド3つリボンブレスレット／1名……計13名

●左の貼り込みはがきの「ジュエリー」欄にご希望の番号を記入してください

応募のきまり

●左の貼り込みはがきに、郵便番号、住所（都道府県名も必ず入れてください）、氏名、電話番号、年齢、性別、職業（職種、学生の方は学年を）、年収（税込み）、未婚・既婚の別、親と同居・別居の別、子供の有無をお書きください
●希望の賞品（❶〜⓭）をお選びのうえ、アンケート1と2にお答えください
●締切りは、2009年12月24日（木）です（当日消印有効）。全応募はがきを厳正な抽選のうえ、「ジュエリー」の当選者は3月号のこのページで発表いたします
●あて先
〒101-8691
神田支店　郵便私書箱19号
集英社モア編集部
1月号アンケート懸賞係

インターネット、携帯電話からも応募できます

パソコン、i-mode、Yahoo！ケータイ、EZ-webの携帯電話から以下のホームページにアクセス！

ホームページアドレス
http://more.shueisha.co.jp/enquete/

※読み取り対応の携帯電話からアクセス！

●このアンケートは今後のモアで行う企画のための参考とさせていただきます。応募された方の個人情報を本企画遂行以外の目的に利用することはありません。個人情報の取り扱いには十分配慮しております。
※モア編集部では、電話によるアンケート調査は一切行っておりません。不審を感じた場合は編集部（代）☎03・3230・6350へお問い合わせください。また、編集部では、読者の同意を得ることなく、個人が特定できる情報を第三者に提供、開示することはありません。
●雑誌公正競争規約の定めにより、この懸賞に当選された方は、この号のほかの懸賞に入選できない場合があります

痛いからって休んでられない!

何とかしたい痛みに 2つのイブ

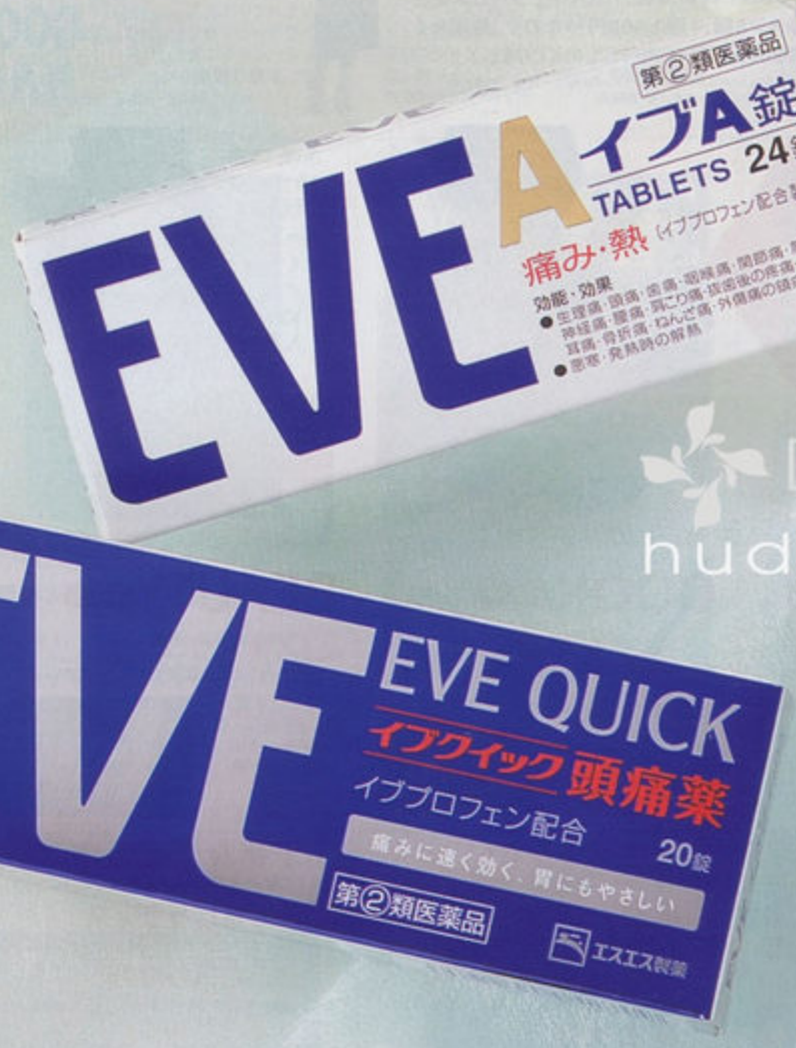
デートやショッピングの最中でも、時間や場所に関係なくやってくる頭痛やつらい生理痛。痛みを気にしなが
だと、楽しさも半減……。そんな急にやってくるつらい痛みに効く、2つのイブをご紹介します。

撮影／長沼GaKU　スタイリスト／田中ゆかり　構成・文／Digital Lights

ガマンできない 生理痛・頭痛に

フィルムコーティング錠だから、口に入れたときの嫌な苦みもなく飲みやすい。小粒でのどに引っかかりにくいから、無理なく飲み込める。イブA錠 24錠 ¥788／エスエス製薬

第②類医薬品



速く治したい 頭痛・熱に

痛みに効くイブプロフェンに加え、胃に優しい酸化マグネシウムを配合。頭痛にスーッと効きます。イブクイック頭痛薬 20錠 ¥1260／エスエス製薬

第②類医薬品

有効成分イブプロフェンが生理痛・頭痛に速く効く

突然やってくる生理痛や頭痛のガマンできないつらい痛みを鎮めてくれるのがエスエス製薬の「イブA錠」と「イブクイック頭痛薬」。どちらも、痛みの原因となる物質プロスタグランジンの発生を抑えて、痛みを和らげてくれるイブプロフェンを配合。

「イブA錠」は、このイブプロフェンに加え、鎮痛効果を高める成分をプラス。憂うつな生理痛のつらい痛みによく効きます。

一方、「イブクイック頭痛薬」は、独自の製法により有効成分イブプロフェンと胃に優しい酸化マグネシウムを同時配合。「素早い効き目」と「胃への優しさ」にこだわった製品。出かける前や仕事中など、今すぐ治したい頭痛や熱に早く応えてくれる。

2つのイブを使い分けて痛みとうまくつき合おう!

※これら医薬品は、「使用上
意」をよく読んでお使い下さい
アレルギー体質の方は、必ず
師、登録販売者にご相談下さい

問い合わせ先／
エスエス製薬 お客様相談室
0120・028・193
(受付時間 9:00～17:30※土、日、祝日除
http://www.ssp.co.jp/

蝴蝶网 hudie.com

「ちょっと新しい私」になるレッスン

ハピコレ

HAPPY COLLECTION

ただいま おトクな キャンペーン実施中! 12/14(月)まで

秋限定プチレッスン BOOK & GOODS

全員プレゼント!

これならできそう

レッスンBOOK ＋ GOODS

写真はCOOK・10分お弁当レッスンの6号分のフルセットです。

GOODS＋BOOKを毎月あなたのおうちにお届け!

書店ではお求めになれません。

おうちでレッスン はじめませんか?

ハピコレはおうちで気軽にできるレッスン。毎日の生活にちょこっと取り入れられるよう、本格派のオリジナルGOODS＋特集満載のBOOKとサービスをセットに毎月、おうちにお届け。※1 1レッスン6回、1回2,980円※2なので、無理なく続けられるのもうれしい。ハピコレで2009年をHAPPYにしめくくりましょ♪

選ぶのも組み合わせるのも自由!

レッスンは 3つのスキル 全22種類

どのレッスンにも毎回豪華なGOODSがセットです!

レッスン内容 たとえばCOOK

BOOKはレシピや技がいっぱい、GOODSはかわいくって使える!

10分お弁当は忙しい朝にパパッと作れて見栄えのするレシピとノウハウとGOODSが!

絶品パスタは毎回変わりパスタ、食材、GOODSで、手軽～本格派のレシピまでできる!

名店のまかないは

COOKスキル 9種類

□10分お弁当

朝10分で毎日のお弁当作りが楽しくなるレッスン

□名店のまかない

□絶品パスタ

「アレンジパスタ」がパパっと作れるレッスン

□保存食作り

ベンリ&ヘルシーな保存食ができちゃうレッスン

□基本料理

「できない」が「楽しい」に変わる♪お料理基本レッスン

□勝負料理

大切な人のために作る「勝負料理」マスターレッスン

□スイーツ作り

□パン作り

BEAUTYスキル 8種類

□スキンケア

"一生もの"の肌を目指すスキンケアのレッスン

□下半身ダイエット

飽きずに続けられる下半身ほっそりダイエットのレッスン

□ヨガ&ピラティス

からだの芯から「きれい」をつくるヨガ&ピラティスのレッスン

□からだスッキリ

□エイジング

いま始めて若さを保つエイジングのレッスン

□プロ直伝メイク

カンタンきれいなメイクアップの達人になるレッスン

□おうちネイル

かわいく仕上げるおうちネイル&ハンド・フットケアレッスン

□東洋美容

ツボ・薬膳などで、カンタン!東洋美容のレッスン

LIVINGスキル 5種類

□アロマ

こころリフレッシュ×からだリラックス♪アロマレッスン

□紅茶とお菓子

紅茶とお菓子で毎日をもっと楽しむレッスン

□和のたしなみ

おうちで手軽に「和」をたしなむレッスン

□ハッピーマネー

"貯め&殖やしワザ"でお金に強い女性になるレッスン

□大人の家庭科

いまこそ学びたい「大人の家庭科」レッスン

あなたもいまスグ、Let's Lesson!

レッスンやGOODSの詳細はWebサイトを見てね

詳しくは・お申し込みは

ハピコレ 検索

バーコード読取機能つきの携帯電話の方はコチラから!

お申し込みコード B1604

BenesseLifeSmile

12/14(月)までにお申し込みの方全員プレゼント!

秋限定プチレッスン

冬においしいあったかレシピや、キレイな指先を作るハンド・マッサージ法などを紹介したBOOKと、紅茶・ネイルカラー1つずつをセットにしたGOODSをプレゼント!

目もくらむほど鮮やかな色を楽しむメイクアイテム

エレガンスのポイントメイクアップラインが約20年ぶりに大リニューアル！　3つのカラーをセットしたアイカラー「ファンタム アイズ」(全10種 各¥6615)をはじめ、リップカラーやフェイスカラーなどが、ヴィヴィッドな魅力を、輝くゴールドのパッケージに包んで登場。問エレガンス コスメティックス お客様相談室 0120・766・995

Gapの新たな旗艦店が原宿にオープン！

原宿駅前にGapのフラッグシップショップがオープン！　Gapはもちろん、GapKids、babyGap、さらにラウンジウエアやアンダーウエアがそろうGapBodyも加わりフルラインナップで展開。また、アクセサリーデザイナー、ピエール・アルディとのコラボレーション・シューズ・コレクションも限定で登場。問Gap原宿☎03・5414・2441

ツヤと立体感を生むコラーゲン入りリップ

メイベリン ニューヨークのルージュ「ウォーター シャイニー ボリューミー」から、「コラーゲン コレクション」(各¥1470) がデビュー！ リップベース1色と、ナチュラルカラーのルージュ4色が登場。コラーゲン（唇を整えるアテロコラーゲン）配合でぷっくりやわらかな唇に。問メイベリン ニューヨーク お客様相談室☎03・6911・8585

恋人たちに贈るきらめくピュアなジュエリー

ミッシェルクラン ジュエリーから、クリスマス限定のシルバージュエリーが登場。透明な輝きを放つ、ホワイトトパーズとダイヤモンドをあしらったリングとネックレスをセット（¥15750）で販売。さらに特典として四つ葉のクローバーをかたどった、ハッピーチャーム付きのアジャスターもセットに。問イトキンカスタマーサービス☎03・3478・8088

ブルガリ「ソロテンポ」の日本先行発売モデル

ブルガリの人気ウォッチ「ソロテンポ」に日本先行発売モデル（写真、ダイヤモンドインデックスタイプ¥399000 ※ノーマルインデックスタイプは¥294000）が登場！　シンプルなデザインと文字盤に配されたダブルロゴはそのままに、ダイアルにピンクのマザー・オブ・パールを使用。フェミニンで上品な印象に。問ブルガリ ジャパン☎03・6362・0100

ヴァン クリーフ&アーペル日本初の大規模展覧会

2010年1／17まで、東京・六本木の森アーツセンターギャラリーにてヴァン クリーフ&アーペル「ザ スピリット オブ ビューティー展～時空を超える美の真髄」(一般¥1200)を開催。300点近くの、歴史的・芸術的にも貴重なコレクションを集めた、同ブランド初となる日本での大規模展覧会。問ハローダイヤル☎03・5777・8600

MORE

branch

2010 January

さわやかなパステルトーンと上品な輝きで大人かわいく

12／16に発売される、コフレドールの春メイクのテーマは“ロマンティック プレジャー”。アイシャドー、ルージュ、チークに配合した新素材“透明発光パール”が、ふんわり輝くロマンティックな表情を演出。アイシャドー「ジュエルシャスアイズ」（全5種 各¥3675 ※編集部調べ）など5アイテムをラインナップ。問カネボウ化粧品 0120・518・520

B.Aのライン使いで本格エイジングケア

ポーラの「B.A コレクション ド ノエル」(¥14700※数量限定)は、人気の「B.A」シリーズをラインで体験できる限定コフレ。「ザ ローション B.A」のスターターサイズを中心に、ミニチュアサイズのB.Aスキンケアアイテム7品をオリジナル コスメボックスにイン。百貨店ポーラコーナーにて販売。問ポーラお客さま相談室 0120・117・[illegible]

ニューバージョン&クリスマス限定モデル登場

アニエスベー ボヤージュの「ab heart」シリーズからスイートなニューバージョン（写真¥13650）が登場。トートタイプの他にミニボストンバッグも加わり、財布や小物も種類豊富に。また、12／25までの期間中、一部店舗では付属のチャームがクリスマス限定のスペシャルバージョン（数量限定）に！ 問アニエスベー☎03・[illegible]・[illegible]

香りとうるおいで満たされる贅沢なハンドケア

ランバンのシンボルとも言えるフレグランス「エクラ・ドゥ・アルページュ」。その幸福感あふれるフレッシュ モダン フローラルの香りが、「ハンドクリーム」(75ml ¥4515)になって登場。なめらかなテクスチャーで、手や指先をしっとりと保湿し、キメを整える。問ブルーベル・ジャパン 香水・化粧品事業本部☎03・5413・1070

クリスマスのおしゃれがもっと楽しくなる！

ヒューマン ウーマンでは12／25まで全国のショップにて「Joyeux Noel」を開催！ ワンピースや小物、ニットやアウターなど、冬のコーデに欠かせないアイテムが勢ぞろい。税込み¥29400以上買うとノベルティを、1／1からは税込み¥15750以上買うと卓上カレンダーをプレゼント（ともに数量限定）。問ヒューマン ウーマン☎03・5467・9818

vimee.net
hudie.com

スフォースからニキビ・毛穴対策のアクポレス誕生!
ACPOLESS
RICE FORCE
misonoも実感!
!ニキビ肌。
レスは本気でニキビ・毛穴を
かしたい人のために生まれた
キンケアシリーズ。
ら生まれた
パワーエキスが肌に
りのうるおいを与え、
るのニキビ・毛穴レス肌に!
アクポレスで
ウチと一緒に
変わろっ☆
misonoのアクポレス体験を紹介!
元気のヒミツ、プライベートな話も公開。
misono 肌 で 検索
すでに
ニキビ
81%
の方が結果に
満足しています。
※当社1ヵ月モニター結果より
※効果には個人差がございます。
お米成分配合の
肌にやさしいスキンケア
ライスフォース
アクポレス
アクポレス スターターキット
気軽に試せる
7日分
医薬部外品
1 オリジナルポーチ
3 毛穴&大人 対策BOOK
うれしい 3 つの
プレゼント付き!
今だけお試し特別価格!
1,890円(税込)
申込番号
1366
お申し込みはこちら
フリーダイヤル 0120-703-709
●24時間受付(年中無休)●携帯・PHSからもご注文いただけます。※必ず下記キャンペーン番号をお知らせください。
携帯で簡単アクセス!
amd@dmgp.jp
○携帯電話で左記のアドレスに空メールをお送りいただくと、折り返しお申込みフォーマットを返信させていただきます。
○対応機種をお持ちの方は、右のQRコードを読み取るだけで簡単アクセス
7793
ご満足いただけなかった場合 ご使用後でも 全額返金!
※但し、商品到着後30日以内とさせていただきます。返送料は弊社が負担いたします。
キャンペーン番号
7793
有効期限
2010年2月28日(日)まで
株式会社アイム 〒761-8788 香川県高松市国分寺町新名694-1

蝴蝶网
hudie.com

せいろがなくてもできちゃう!
ほかほか♡蒸しレシピ

今年の冬、いちばん注目なのが"蒸し料理"。みんなが集まる日の
"蒸し鍋"や、レンジでかんたんに作れる一品料理をマスターしよう!

取材・文／広沢幸乃　撮影／回里純子
スタイリスト／中野佳恵　料理製作／コマツザキ・アケミ

慧美网
vimeee.net

素材のうまみがギュッとつまったおいしさ!

かんたん温野菜

●材料（2人分）

- ブロッコリー……1/2株
- カリフラワー……1/4株
- キャベツ……1/4個
- にんじん……1/2本
- さつまいも……1/2本
- かぼちゃ……1/8個
- 粗びきウインナー……6本

●作り方

❶ブロッコリー、カリフラワーは小房に、キャベツはざく切り、にんじんは乱切り、さつまいも、かぼちゃはひと口大に切る。ウインナーは斜め半切りにする。
❷材料がつからない程度のお湯を鍋に沸かし、蒸しざるの上にカリフラワー、にんじん、さつまいも、かぼちゃを並べてのせ、ふたをして約10分蒸す。硬い野菜に火が通ったら、それ以外の材料を加え、さらに約5分蒸す。

チーズソース（上）

みじん切りにした玉ねぎ（1/8個）を耐熱容器に入れてレンジで1分加熱し、牛乳（80ml）とガーリックパウダー（少々）を加えて40秒加熱する。粉チーズ（大さじ2）を混ぜ、塩、こしょうで味つけする。

ごま豆乳だれ（下）

豆乳（大さじ3）、しょうゆ（大さじ1）、みりん（小さじ1）、すりごま（大さじ2）を混ぜ合わせる。

●ご注意

※電子レンジによる加熱時間は600Wを目安にしています。500Wなら1.2倍に、700Wなら0.8倍にしてください。

カロリーダウン!!

油を使わないから、カロリーがグッと抑えられる。さらに、蒸すことで肉や魚の余分な脂肪が落ちるから、ダイエット中でも安心♪

野菜がたっぷり食べられる

生のままサラダにするより、野菜は蒸したほうが無理なくたくさん食べられる! 野菜本来の甘みもしっかり出て、いいことずくめ。

栄養もバッチリ

野菜はゆでるより蒸したほうがビタミンなど栄養素の損失を少なくできる。肉や魚も軟らかく仕上がり、消化がよくなるのも蒸し料理の魅力!

家にあるものを組み合わせてできる!
手持ちの器具でOK!! 蒸し料理の基本

せいろがなくても大丈夫
調理器具

せいろなど、専用の器具は大きくて場所を取りがち。普通の鍋やレンジでの調理法を紹介！

ケースに入れて加熱するだけ!

電子レンジ

蝴蝶网
hudie.com

電子レンジ

葉野菜はもちろん、根菜類も10分以内でホクホクに！ スピーディかつ手軽にでき、忙しい時には欠かせない電子レンジ。ラップでくるむだけでもOKだが、さつまいもなどをまるごと蒸す場合は、蒸しムラに注意が必要

＋

電子レンジ対応ケース

切った野菜を入れて加熱するだけのレンジ用調理ケース。左のようなケースは500～1500円程度で購入できる。右のスチームケースは、シリコン製でオーブンでも使用可能。ルクエ　スチームケース。¥5250／コラムジャパン

鍋のままテーブルに出せる!

鍋＋ざる

深鍋

どの家庭にも、ひとつはある深鍋。鍋のふちに、水切り用のざるを引っかけて使えば立派な蒸し器に！　鍋はできるだけ深めのもの、ざるは浅めのものを組み合わせると、食材が下のお湯やスープにつからず蒸しやすい

土鍋

素材のうまみや持ち味を引き出す力は天下一品！　温かいままテーブルに出せて、料理がさめにくいのもポイント。食材がお湯やスープにつからないよう、土鍋の底に、写真下の蒸しざるや蒸し板をセットして調理を

＋

耐熱皿を重ねる

専用ざるがない場合は、高さのある耐熱性の皿を蒸し台代わりに使用しても。ただし蒸気で皿が揺れることがあるので、なるべく重量のある皿を選び、調理中も注意が必要

蒸し板

100円ショップなどでも手に入る、脚つきの蒸し板。クッキングペーパーを敷いてから食材を並べると、調理後も取り出しやすい。高さが足りない場合は左のように皿などを重ねて

蒸しざる

羽の部分を鍋の大きさに合わせて調整できるフリーサイズ蒸し器（すのこともいう）。中央に軸がついているので、熱いままでも出し入れしやすい。500～1000円程度で購入できる

食材別　おいしく仕上がる
蒸し方の基本

簡単な蒸し料理にもちょっとしたコツが。
下処理や並べ方の基本を学んでさらにおいしく！

肉類

肉同士がくっつかないよう野菜を間にはさんで

野菜と一緒に蒸すなら、短時間で火が通る、薄切り肉を使うのがベスト。ただし、くっついて固まりやすいので一枚ずつ広げて、肉同士が重ならないよう、間に野菜などをはさみながら並べること。肉だんごの場合も同様にする。こうすることで肉のうまみが野菜にもしみて、奥深い味わいに

魚介類

簡単な下処理をするだけで、生臭さが激減!

慧美网
vimee.net

お湯にさっとくぐらせるか、お酒を少量振りかけてから蒸すと、生臭さが残りにくい。エビや貝などは、あらかじめ塩水で洗っておくとベター。また、蒸し料理にはタラやタイなど白身の魚を使うことが多いが、サケやマグロなど、赤身の魚もおいしいのでお試しを！

野菜類

火が通りにくい食材から順番に蒸すのがコツ

多くの野菜を一度にとれるのが蒸し料理の長所。ただし、複数の野菜を蒸す時は、蒸す順番に注意。かぼちゃやじゃがいもなどの根菜類は熱が通りにくいので、蒸し時間を長めに取って。皮つきのまま蒸すと、栄養分が損なわれにくい。白菜や長ねぎ、きのこ類は、根菜類にある程度熱が通ってから加える。さらに、パプリカやチンゲンサイなど、すぐに加熱できる野菜は、火を止めてから加え、再びふたをして軽く蒸すだけでOK

和風

さっぱりと食べられる、飽きのこない味わい!

蝴蝶网 hudie.com

鶏つくねときのこの蒸し鍋

●材料（1～2人分）
鶏ひき肉……………………200g
塩……………………………少々
A ┌酒………………………小さじ2
　│卵………………………½個
　│長ねぎ（みじん切り）……
　│………………………7cm分
　│しょうが（みじん切り）…
　└………………………1かけ
白菜…………………………⅛株
エリンギ……………………2本
しいたけ……………………4枚
しめじ……………………1パック
長ねぎ………………………⅔本
水菜…………………………1株
だし汁……………………800cc

●作り方
❶ひき肉をボウルに入れて塩
振り、よく練る。さらにAを
えて混ぜる。白菜はざく切り
エリンギは縦4等分に切り、
いたけは軸の先を取り、しめ
は小房に分ける。長ねぎは斜
切り、水菜はざく切りにする
❷①のひき肉を、2本のスプ
ンを使って、交互にすくい取
ながら丸め、鶏だんごにする
❸鍋にだし汁を入れ、蒸しざ
を鍋にセットして白菜の青い
分と水菜以外の野菜、鶏だん
を並べる。ふたをして火にか
肉と野菜に火が通ったら、残
の白菜と水菜を加え、約3分
を通す。

薬味ポン酢（左）

ポン酢（大さじ3）と、みりん（小さじ1）にみじん切りしたしょうが（1かけ）、小口切りした万能ねぎ（6本）、刻んだ大葉（1枚）を加え、混ぜる。

みそだれ（右）

みそ（大さじ1）、みりん
さじ1）、めんつゆ（2倍
・大さじ1）、水（大さじ
を合わせてレンジで1分加
すりごま（大さじ1）を混

シメの一品

雑炊

●材料（1～2人分）
ごはん………………茶碗1
卵……………………
みつば………………

●作り方
鍋に残っただし汁を沸かし、
ったごはんを加えてさっと
溶き卵を加え、ふたをして
止めたら、ざく切りにした
ばを加える。

豆乳茶碗蒸し

●材料（2個分）
しいたけ……………………2枚
鶏肉………………………30g
しょうゆ……………………少々
卵…………………………1個
A ┌だし汁…………………100cc
　│塩……………………少々
　│豆乳…………………60cc
　└しょうゆ………小さじ⅓
万能ねぎ……………………2本
ポン酢……………………適宜

●作り方
❶しいたけは4等分に切る。鶏肉は小さめに切り、しょうゆをまぶす。深さのある耐熱容器にそれぞれを入れる
❷卵を溶きほぐしてAを混ぜ、①の器にこしながら加える。アルミホイルで器にふたをして鍋に入れ、お湯を器の半分の高さまで注ぐ。鍋にふたをして強火で1分加熱し、ごく弱火にして卵が固まるまで約12分加熱する。
❸小口切りした万能ねぎとポン酢をかけていただく。

レンジOK!

白身魚の梅肉和え蒸し

●材料（1人分）
長ねぎ……………………½本
生タラの切り身…………1枚
酒……………………大さじ1
A ┌しょうゆ………大さじ1
　│梅干し（たたいたもの）
　│………………………1個分
　│みりん………大さじ1½
　│大葉（みじん切り）……
　└………………………2枚

●作り方
❶5cm幅に切った長ねぎを半割りにし、断面を下にして耐熱皿に並べる。長ねぎの上にタラの切り身をのせ、酒を振りかける。
❷Aを混ぜ合わせ、⅓量を残してまんべんなくかけ、ラップをしてレンジで2分加熱する。様子を見て加熱が足りないようなら、さらに1分加熱し、熱を通す。Aの残りをタラの上にかける。

なすとみつばのしょうが蒸し

●材料（1人分）
なす…………………………2本
しょうが…………………1かけ
みつば………………………½束
A ┌めんつゆ（2倍濃縮）…
　│………………………大さじ2
　│水……………………大さじ1
　│しょうが（せん切り）…
　└……………………1かけ分
からし……………………適宜

●作り方
❶鍋にお湯を沸かしておく。なすは皮をむき縦6等分に切
り、しょうがはせん切り
クッキングペーパーを敷
蒸し板になすとしょうが
べ、鍋に入れて強火で蒸
❷みつばを7cm幅に切り
を合わせておく。なすに
通ったら、みつばを加え
秒蒸し、軽く混ぜ合わせ
熱いうちに器に盛ってA
け、からしを添えていた

蝴蝶网
hudie.com

中華風

カロリーが高くなりがちな中華も、
蒸せばぐっとヘルシーに!

菜やきゅうりの食感も楽しめる

豚肉と春雨、青菜の蒸し鍋

材料（1〜2人分）
豚切り肉（しゃぶしゃぶ用）……100g
ンゲンサイ……2株
ゅうり……1本
雨……30g
華スープ……
…800cc(顆粒小さじ2〜3)
やし……½袋
……小さじ2

●作り方
❶豚肉は半分の長さに、チンゲンサイは縦4等分にし、半分の長さに切る。きゅうりは棒状に切る。春雨は湯でもどしておく。
❷鍋に中華スープを入れ、蒸しざるを鍋にセットして①を並べる。豚肉はもやしを敷いた上にのせ、間にも、もやしをはさみ、酒を振りかける。スープが沸いたらふたをして、豚肉と野菜に火が通るまで約8〜10分蒸す。

ぎ塩ごまだれ（左）

し鍋から取った中華スープ(大じ2）にみじん切りにした長ぎ（½本）、塩（小さじ¼）、辣油（小さじ1）、黒こしょ（少々）を混ぜ合わせる。

中華風ポン酢（右）

にんにく、しょうが(各1かけ)、長ねぎ（5cm）をそれぞれみじん切りにし、ポン酢（大さじ3）、ごま油（小さじ1）、あればトウバンジャン(小さじ¼)を混ぜ合わせる。

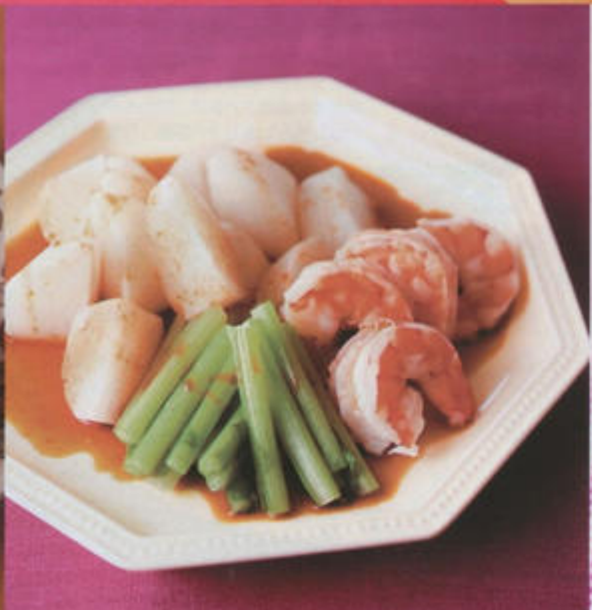
シメの一品

華めん

材料（1〜2人分）
華めん……1袋
ーしょうゆ、ごま油、斜め切
ーりにした長ねぎ……各少々
作り方
し鍋に残った中華スープを沸し、中華めんを煮る。好みでを加える。

甘栗の中華風蒸しパン

材料（約4個分）
栗……4粒
……1個
び砂糖……30g
乳……大さじ1½
ょうゆ……小さじ½
ー小麦粉……40g
　ベーキングパウダー……
ー……小さじ½
ラダ油……大さじ1
作り方
甘栗をそれぞれ4等分にし、ルミカップなどの型に入れる。
❷ボウルに卵を割り入れ、泡立て器で溶きほぐす。きび砂糖、牛乳、しょうゆを順に加える。Aをふるって加え、ざっくりと混ぜる。油を加えて混ぜ合わせ、型に流し入れる。
❸鍋に湯を沸かし、蒸し板をセットして②を置き、ふたをして8〜10分蒸す。竹串を刺してみて何もついてこなければ完成。



かぶとエビの蒸しもの

●材料（1人分）
かぶ……2個
エビ……4〜6尾
酒……小さじ1
A ┌しょうゆ……大さじ1
　│酢……小さじ1〜2
　└ラー油……適宜

●作り方
❶かぶは皮をむいて6等分し、葉の部分はざく切りにする。エビは殻をむき、酒をまぶす。
❷鍋にお湯を沸かし、クッキングペーパーを敷いた蒸し板を入れて①をのせ、かぶに火が通るまで8〜10分蒸す。さらに、かぶの葉を加えてさっと蒸す。
❸②を器に盛り、混ぜ合わせたAをかける。

レンジOK!

厚揚げとひき肉のはさみ蒸し

●材料（1人分）
豚ひき肉……50g
A ┌塩、こしょう……各少々
　└酒……大さじ1
長ねぎ……5cm分
しょうが……1かけ
厚揚げ……1枚
B ┌オイスターソース……
　│……小さじ1
　│みりん……大さじ⅔
　└しょうゆ……大さじ⅔

●作り方
❶ボウルに入れた豚ひき肉にAを加えて軽く混ぜ、それぞれみじん切りした長ねぎとしょうがを混ぜる。
❷厚揚げを3等分に切り、真ん中に切り込みを入れて袋状にする。その中に①を詰める。耐熱容器に入れてラップをかけ、レンジで3分〜3分30秒加熱する。
❸②を器に盛り、熱いうちにBを混ぜ合わせてかける。

洋風

蒸し鍋なら、いつもよりも
彩りよく華やかになる!

蝴蝶网
hudie.com

目にもおいしいパーティー向けレシピ

魚介とカラフル野菜の蒸し鍋

●材料（1～2人分）

エビ……………8尾
イカ……………1杯
アサリ……………200g
ブロッコリー……………½株
パプリカ（赤と黄）……各1個
セロリ……………½本
A ┌コンソメスープ……………
　│800cc(チキンコンソメ1個)
　└酒……………大さじ2

●作り方

❶エビは殻をむいて背わたを取り、塩水で洗う。イカはわたを抜いて輪切りに。アサリは砂抜きする。ブロッコリーは小房に分け、パプリカ、セロリは乱切りにする。
❷鍋にAを入れる。蒸しざるを鍋にセットし①を並べて火にかけ、Aが沸いたらふたをして約10分蒸す。

カレー塩（上）

カレー粉（小さじ1）と塩（少少）を混ぜ合わせる。

ピーナッツマヨだれ(下)

マヨネーズ（大さじ2）、ピーナッツバター（小さじ2）、しょうゆ（小さじ2）、ソース（小さじ2）、こしょう（少々）を混ぜ合わせる。

シメの一品

ショートパスタ

●材料（1～2人分）

パスタ（1.4mm）……………60g
トマト（完熟）……………1個
塩、黒こしょう……………各少々

●作り方

蒸し鍋で残ったスープに、折ったパスタを入れてゆでる（水分が足りない場合は水を足す）。軟らかくなってきたら、角切りにしたトマトを加えて煮込み、塩、黒こしょうで調味する。

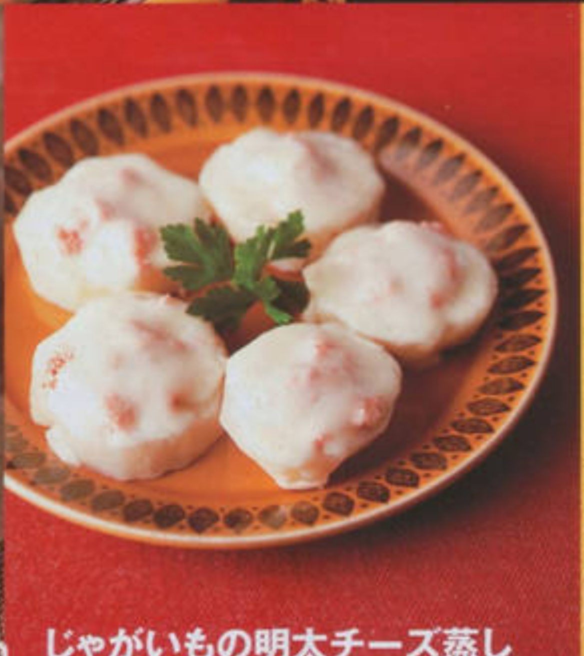
濃厚とろとろプリン

●材料（2個分）

牛乳……………120cc
砂糖……………20g
卵……………1個
はちみつ、メープルシロップ、ホットケーキ用シロップなど（好みで）……………適宜

●作り方

❶牛乳に砂糖を加えてレンジで30秒温める。レンジから出し、かき混ぜて砂糖を溶かす。
❷ボウルに卵を溶きほぐし、①を加えて混ぜる。こしながら、カップなどの耐熱容器に入れてラップをかける。
❸鍋に①の器を入れ、器の半分の高さまで熱湯を注ぎ、ふたをして強火で1分加熱する。❹弱火にし、ふたを少しずらして固まるまで約15分加熱する。お好みでシロップなどをかけて。
※器を直に鍋に入れるのではなく、蒸し板などの上で蒸してもよい



じゃがいもの明太チーズ蒸し

●材料（1人分）

じゃがいも（大）………1個
明太子……………30g
とろけるチーズ……………30g
こしょう……………少々

●作り方

❶じゃがいもは皮をむいて1cm厚さに切る。お湯を沸かした鍋にクッキングペーパーを敷いた蒸し板をセットし、じゃがいもをのせる。こしょうを振り、ふたをして8～10分、火が通るまで蒸す。
❷じゃがいもにほぐした明太子、とろけるチーズをのせる。再びふたをして、チーズが溶けるまで約3分蒸す。

レンジOK!

アスパラの豚肉巻き蒸し

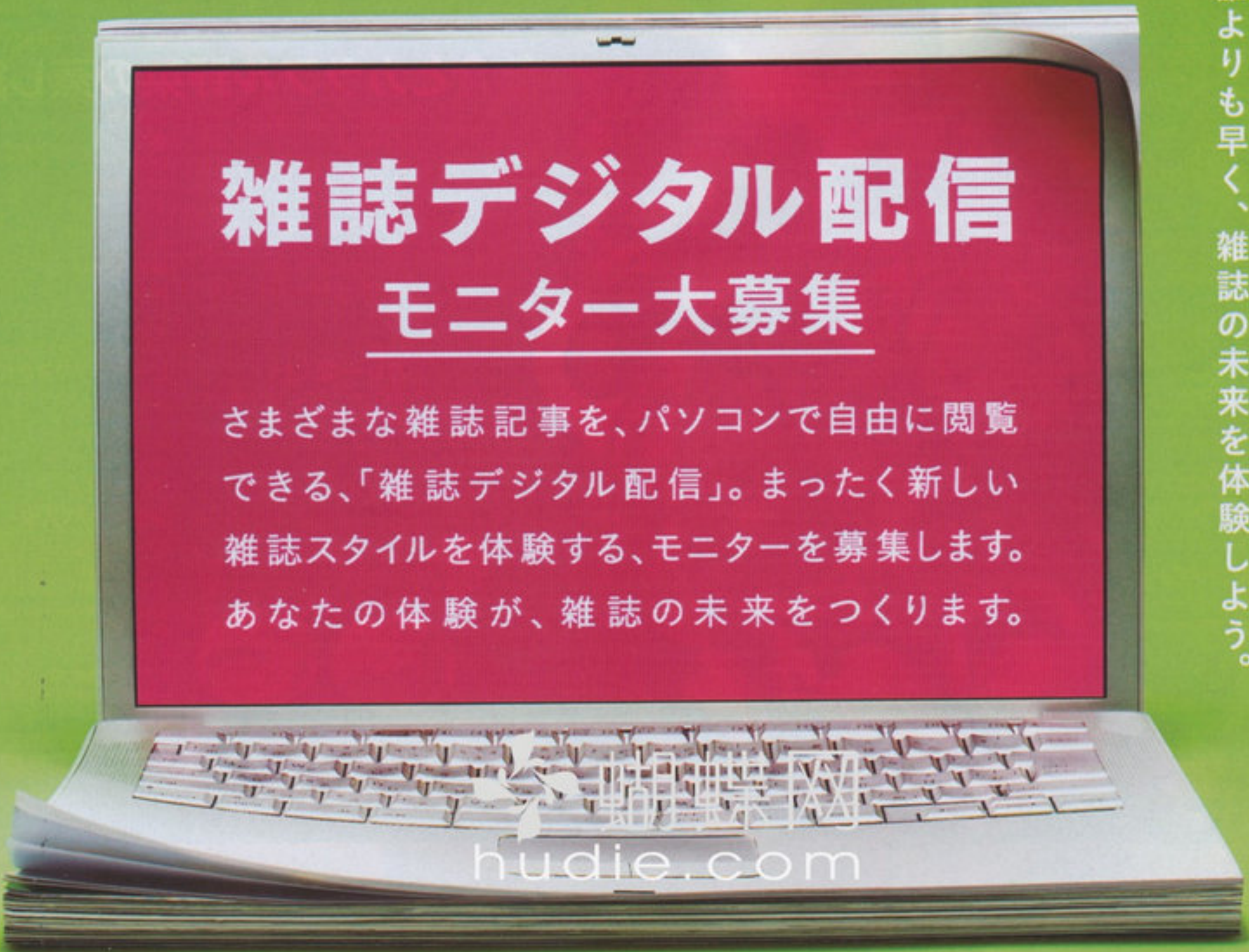
●材料（1人分）

アスパラガス……………
……4本（細い場合は8本）
豚薄切り肉……………4枚
塩、黒こしょう………各少々
酒……………小さじ1
トマト……………½個
A ┌塩……………少々
　└オリーブ油……小さじ1

●作り方

❶はかまを取ったアスパラガスに豚肉を巻く。塩、黒こしょうをして耐熱容器に並べ、酒を振りかける。ラップをかけてレンジで3分～3分30秒、豚肉に火が通るまで加熱する。
❷トマトは角切りにし、Aと混ぜてソースを作り、①にかける。

誰よりも早く、雑誌の未来を体験しよう。



- 第一期募集人数：1,500名
- 第一期モニター期間：2010年1月下旬～2月（予定）
- 閲覧できる雑誌：10ジャンル30誌以上を予定。
- 期間中モニターの方には、アンケートやグループインタビューに参加していただくことがあります。（ご参加いただいた場合、図書カードを差し上げます）
- 応募多数の場合は、抽選となります。

※今回の雑誌デジタル配信はテスト配信のため、一般の方はアクセスできません。
※ご応募の際に入手した個人情報については、モニター分析の目的のみに使用し、他の目的には一切使用いたしません。

ご応募先と詳しい内容は、（社）日本雑誌協会の専用サイトへ。

http://www.j-magazine.or.jp/

雑誌コンテンツデジタル推進コンソーシアム

蝴蝶网 hudie.com

慧美网 vimee.net

第7回

編集モチコの −10キロ ヤセてみせます ガチンコダイエット

約5年で10キロ太った編集モチコ、29歳、独身
脂肪よ、飛んでけ〜！ 渾身の体当たりルポ☆

取材・文／モチコ　撮影／[illegible]

Body Data
身長…160.5cm
体重…53.6kg（前月比−1.8kg）
体脂肪率…26.5%（前月比−1.6%）
バスト…87.0cm（前月比−3.3cm）
腹囲…73.5cm（前月比−2.0cm）
ヒップ…89.5cm（前月比−2.9cm）
（09年10月現在）

Body Data
身長…160.5cm
体重…63.2kg
体脂肪率…30.7%
バスト…93.5cm
腹囲…86.5cm
ヒップ…99.5cm
（09年4月現在）

一年計画の本連載。折り返し地点を過ぎた時点で、早くも−10キロ達成が目前に！　体重まで空気が読めなくて、すいませーん。でも、体脂肪率も下腹ポッコリも気になる……ので、まだまだ続きまーす!!

今月のモチコ

酵素スパに泊まって断食してみた!

「腹十二分目」が座右の銘(?)のモチコ。
ヤセはじめたとはいえ、この食欲は天敵だ!

断食と温熱セラピーで全身くまなくスッキリ!

今まで「食べるor食べすぎる」のみの選択肢で生きてきた。でも、無理せず「食べない」——つまり断食できるスパがあるらしい♡　いざ、晩秋の静岡県富士宮市へ！

昼前に到着し、開口一番「お腹すいた〜」と言い放つ不遜なモチコ。『北斎エンザイムデトックススパ』店長の櫻井さんも、「明日の夜まで、酵素ドリンクと水のみです」とすかさず厳戒態勢に(大ゲサ)。

このスパでは酵素と温熱という二要素を軸に、1泊2日（理想は2泊3日）で断食を指導。まずは、檜のおが粉や、ぬかなどをブレンドしたエンザイム(酵素)バスで新陳代謝を活発に。次に、遠赤外線ドーム」でこれでもかと汗を出し、さらに溶岩風呂にて汗をしぼり出す。

1日目は夜7時前にすべてのプログラム終了。早々にベッドにもぐり、デジカメの料理写真を眺めては口をモグモグさせる「エアーディナー」を敢行。「ロコモコ食べたい……」と百回くらいつぶやいたところで気を失うように就寝。

翌朝、揚げなすを口に入れる寸前で餓食の夢から目覚め、近くの湖畔へ散歩に。スパに戻り、仕上げのマグマドームと香油マッサージで徹底的な毒素排出。そろそろ富士山がおにぎりに見えてきたところで全行程が終了！　一晩でマイナス1・6キロという結果に!!

もちろん、おみやげは富士宮やきそばと静岡おでんでキマリっす☆

←↑1日目PM2　施術前に、酵素と温熱の講義。学生時代を思い出すなー。2日間飲み続ける酵素ドリンク「艶寿北斎」。梅酒みたいでおいしかった♪

←↑1日目PM3　むせるような檜の香りのエンザイムバス。われながら怪しすぎるいでたち。口もとを残し全身おが粉に埋まる。たしかに微生物が生きているのを感じる温かさ。ついでに脂肪も食ってくれ〜！

←↑1日目PM4：30　80度の熱で約30分、体のしんから温める。自分がおいしくなりそうな予感。読書を試みるも、空腹で集中力が続かない。息も浅くなり、冬眠中のクマとシンクロ寸前

←↑2日目AM11：30　国産原料の香油でリンパマッサージ。すみれと白檀の香りをチョイス。温めた玄武岩を当ててコリをほぐすホットストーンセラピー。基本、ずっと寝てました

2日目AM7　富士山の絶景が見られる田貫湖にて散歩。いつソーメンチャンプルーを食べるかで頭がいっぱい。紅葉の赤さに惑わされ、思わずかじりつきそうに。つーか、少し食べた

ブログも更新中!　http://www.blog.s-woman.net/mochiko_diet/
本誌と連動して、食事や運動、気づきなど、ダイエットの進行状況を週1〜2回更新してます！

◆北斎エンザイムデトックススパ／☎0120・73

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimee.net

話題沸騰！オンナ道

この齢だった！

酒井順子

第7回

鳩山幸 66歳

鳩山政権が誕生して以来、何かと話題が絶えない
華やかオーラをまとったファーストレディー。
いろんな意味で目が離せない、彼女の魅力を大解剖！

UNKO SAKAI

ッセイスト。1966年、東京都生まれ。
ベストセラー『負け犬の遠吠え』を
じめ、独自の観察眼と鋭い切り口による
ッセイが幅広く人気を集める。
ジアの“負け犬”を取材した『儒教と負け犬』、
道エッセイ『女流阿房列車』も好評発売中

二〇〇一年、小泉純一郎さんが日本の総理大臣になった時、私は「独身者が総理になるとは……、今の日本らしいなぁ」と、思ったことでした。

小泉さんは、子持ちの、バツイチ独身。それまで総理大臣といえば、実際の夫婦仲はどうあれ、目立たず落ち着いた奥さんを持っているのが普通であったため、その経歴は目をひきました。

日本はちょうど、晩婚化現象がどんどん進んでいた頃。独身であっても、総理大臣になることができるという事実は、独身者大国・日本らしい現象であることよ、と私は思ったのです。

小泉さんが退任し、安倍さんが総理となって、日本には久し

ってきました。それも、アッキーこと昭恵さん（覚えていますか？）は、それまでのファーストレディーと比べると、うんと若くてお洒落。首相と手をつなぐシーンが見られたのも新鮮で、マスコミでおおいに話題になったものでした。

が、しかし。いかんせん安倍内閣は、短命でした。日本にもやっと、存在感のあるファーストレディーが登場したかと思った途端に、安倍さんと手に手をとって、アッキーも表舞台から姿を消します。その後、福田さん、麻生さんと総理が替わりましたが、その奥様方は、国民の視界にはあまり入ってこない、昔ながらの内助系の方だったのです。

“今”の時代を象徴する総理夫妻の仲良しぶり

そして、二〇〇九年の衆議院選挙。自民党が大敗し、民主党が第一党に。鳩山由紀夫氏が、総理大臣となりました。

その時、週刊誌などにおいて総理自身のことよりも目についたのは、奥さんである幸(みゆき)さんについての記事でした。バツイチとか掠奪婚とかオカルト妻とか、刺激的な言葉が見出しには並んでいましたが、つまりそれだけ幸さんは目立っていたということ。「面白そう！」と、国民は身を乗り出したのでした。

鳩山幸さんは、一九四三年生まれ。お父さんはアメリカ育ちの日系二世、お母さんもアメリカンスクール出身という国際的な家庭に育ち、神戸のミッショ

校へ。約六年間在籍した後にアメリカへ渡り、和食の料理人と結婚して離婚、そしてスタンフォード大学に留学中であった鳩山さんと結婚……といった経歴は、既に色々と報道されています。

鳩山さんとの結婚が掠奪婚かどうかは、まぁどうでもいいところでしょう。現在のお二人を見ると、極めて仲が良さそう。きっかけはどうあれ、夫は総理大臣にまで出世し、今も夫婦仲良しということは、そう悪い結婚ではなかったのではないかと思われるのです。

そしてこの、「夫婦仲が良い」ということをアピールされる首相夫妻というのが、とても今的であるなぁと、私は思うのです。晩婚化も行きつくところまで行き、なおかつこの世は不景気。家族という集団を見なおす気運が今の日本には生まれているわけで、そんな世に登場するのは、やっぱりバツイチ独身総理とか、浮気しまくり総理とか、妻は表に出しません総理ではなく、夫婦仲良し総理なのですね。

安倍元首相夫妻も、手つなぎ夫妻であったわけですが、アッキーは四十代であり、安倍さんは自民党のプリンス。子供もいないということで、「まだ新婚気分なのねぇ」といった見方があったものです。それに、あの二人の場合、手をつないでいる時にまだまだテレが残っており、見ているこちらの方が恥ずかしい気持ちになりました。

対して鳩山さん夫妻は、若く見えますが二人とも六十代です。妻は四歳年上なので、夫六十二

過ぎの子供もいるわけです。普通の人であれば、定年後に熟年離婚など考えるような年頃においても、二人は仲良し。その上、二人ともある意味で天然系なので、手をつなごうが何をしようが、「あの人達は、ああいう人達なのだ」という不思議な納得が生まれてきます。

二人は、海外へ行くのもいつも一緒だし、飛行機のタラップも、手をつないで。「妻は私の太陽です」といった首相の言葉も、有名です。結婚という制度に絶望しかけた人は、「仲がいい夫婦って、本当にこの世に存在するんだ！」と、あの夫婦を見てホッとするような信じられないような気分になるのではないでしょうか。

私は、新聞の「首相動静」の欄を毎日楽しみに読んでいるのですが、麻生さんが首相の頃は、夜は政治家や財界の人などとホテルや高級料理店で食事をすることが多かったのに対して、鳩山さんの場合は平日であっても、夜は「幸夫人と〇〇へ」などと、夫人と一緒に食事をする様子が書かれています。

またある日曜日は、午前は、「10時40分、東京・田園調布の田園調布せせらぎ公園。幸夫人とともに『第2回田園調布グリーンフェスタ』に参加。あいさつ」とあり、午後は、「0時9分、東京・田園調布の中国料理店『羅山』。幸夫人と食事。0時55分、東京・田園調布のスーパー『プレッセ』田園調布店。買物。1時17分、東京・田園調布の自宅」ということで、スー

幸さんと一緒。

そういえば幸さんは、『ようこそ鳩山家へ』という著書の中で、「食料品は一週間分をまとめ買いする」と書いていらしたので、鳩山さんも大量の買物のお手伝いをなさったのでしょう。

その本には、「鳩山幸さんのお料理、ファッション、おもてなし」と副題がつけられている通り、幸さんの得意料理のレシピやら鳩山さんとの手つなぎ姿の写真、はたまた二人のなれそめや子育て論、ソウルメイト云云といった部分までが書いてありました。

名門一家の嫁としての立場、軽井沢の別荘ライフ、夫も息子も東大……と、それは明らかにセレブライフの本なのです。が、読んでいてあまりイヤミな感じがしないのは、ユーモアがちりばめられていることと、彼女が持つ天性の明るさによるものでしょう。

「素敵な奥さんの素敵なライフスタイル」がメディアで紹介され、その度に普通の女性達が憧れるというのは、ここしばらく続くムーブメントです。社会において、バリバリ働く女性が増えてきたからこそ、料理も子育てもキッチリするという女性の姿は、反対に希少価値を得て、「おしゃれ」ということになってきたのです。

幸さんもまた、そんなスター主婦の一人だったのでした。名門の家の主婦としての奥床しさなのか、少しスピリチュアルがかっているところが敬遠されたのか、スター主婦達の中ではそ

旧家の妻、スター主婦……様々な役割を無意識に演じる"女優魂"

マ主婦とまではいかなかったもののの、素敵なライフスタイルをアピールするというスタイルは、従来の政治家の奥さんにはなかったものでしょう。

ちなみに幸さんは、別の著書の中では「ライフ・コンポーザー」という肩書きを使用しておられました。コンポーズとは「組み立てる」といった意味。普通の政治家の奥さんのように、影で夫の生活を支えるだけでなく、影で行なっているはずの「生活」を表に出すという、新たな手法を彼女はとったのです。

そんな幸さんのことを、「目立ちたがり屋」と評する人もいます。まぁ、目立つのが嫌いだったら宝塚の女優になどなるはずもないわけで、その表現は、ハズレではないのでしょう。

しかし、今の世界のファーストレディー達を見てみれば、オバマ大統領のミッシェル夫人は、身長一八〇センチ超の[illegible]ということで、嫌でも目立つ。フランスのサルコジ大統領夫人は、カーラ・ブルーニ。元スーパーモデルだし歌手だしということで、こちらも目立たないわけがない。

そんな中に入るのだったら、幸さんにはぜひ、「目立ちたい」と思ってもらった方がいいのではないかという気も、するのです。英語も堪能だし、髪型もオカッパということで、ちょっと昔風のアジエンス美女ムードもあるのですから、ミッシェルやカーラとはまた違うレディーっぷりを披露することができるのではないでしょうか。

政治という舞台でついに主役をつかんだ

幸さんは、人生のほとんどの時期を、オカッパ姿で通しているのだそうです。オカッパ頭というのは、あの年頃のキャリアウーマンによく見られる髪型でした。直線に切り揃えられた前髪は、意志の強さを表わしているよう。額はしっかりと覆い隠しているのであり、本心はそう簡単には表に出さない、といったことも感じさせる髪型です。

アメリカナイズされた家庭で育った幸さんは、とてもオープンな考え方の持ち主です。「テレずに夫婦仲良く」というあの姿も、アメリカ的なものと考えれば納得がいくものでしょう。

幸さんは一方ではまた、あのオカッパ頭に象徴されるような、昔ながらの良妻賢母的な部分もお持ちの方なのでした。著書を読むと、どんなに夜が遅くても、家族が食べたいものを手作りすることに喜びを見いだす彼女の姿を見ることができるのです。

そして私は、もしかしたら彼女は、宝塚を引退した後もずっと、女優であり続けているのかもしれないなぁ、と思うのでした。ある時は、夫や子供のために尽くす、日本的な妻を。ある時は、夫とともに堂々とパーティーの華となる、アメリカ的な妻を。そしてある時は、日本の旧家に嫁いだ妻を。彼女はほとんど無意識のうちに、生き生きと演じることができるのです。

幸さんがファーストレディーになったのは、六十六歳。彼女はこの歳で、いよいよ舞台の主役を掴み取りました。宝塚時代は娘役だったのだそうですが、政治の舞台においてもまた、男役、ではなくて夫である総理大臣を輝かせる為に、彼女は舞台に立っています。

女優さんはよく、女優業と主婦業を両立できないということで、離婚するものです。しかし、女優をすっぱりと辞めて、結果的には最も華やかな舞台で主役の座を射止めた幸さんは、もしかしたらものすごく賢い人なのかもしれないなぁと、私は思うのです。

鳩山夫妻は、自然に夫婦仲良くしているわけではなく、努力して仲良くしている部分もあるのでしょう。結婚難だのセックスレスだのに悩む今の人々にとって、そんな夫妻の姿は、一つの希望であるに違いない。

そういえば天皇皇后両陛下も、とても仲の良い手つなぎ夫婦であるわけで、日本のトップの二夫妻が仲良しであるということは、非常に目出度いこと。ちょっと前のチャーミーグリーンのコマーシャルのように、歳をとってもいつまでも夫婦で手をつないでいたいというのが日本の若い女性の理想だそうですから、二組のご夫妻にも、ぜひいつまでも結んだ手を離さずにいていただきたいものだと思います。

イラスト／岡田

hudie.com

本日のお客様

洋食や魚介類が好き。
特にタコが
大好きなんです

ベッキーさん
1984年3月6日、神奈川県生まれ。現在8つのレギュラー番組に出演中。12／2に「ベッキー♪#」として、本人作詞のラブソング『心こめて』をリリース。公式ブログ■http://www.sunmusic.org/becky/

料理とトークが
自慢の人気店!

居酒屋 はまじへ いらっしゃい!

第25回
おかげさまで『居酒屋はまじ』は今月から3年目に突入! そんな記念すべき今回のゲストは、もはや国民的"親友"ベッキー。そのポジティブパワーの源に迫ります!

ベッキーさんのために作る料理はこちら!

ニンジンジンジャースープ

冬の冷え防止に効く、カラダのしんから温まるスープをご用意。しょうがを少し入れるのがコツ。

■材料（2人分）
しょうが……………1かけ
玉ねぎ…………………¼個
にんじん……1本(200g)
A［水………………200cc／固形ブイヨン……1個／ローリエ…………1枚］
牛乳…………………150cc
生クリーム………大さじ2
オリーブ油、塩、こしょう…………………各適量
エディブルフラワー、ローズペッパー…………各適宜

■作り方
❶しょうが、玉ねぎは薄くスライスし、にんじんは5mm厚さの半月切りにする。
❷鍋にオリーブ油を熱し、①を中火でじっくりと炒める。ときどきふたをして蒸らし、水分を引き出しながら炒めるとうまみがよく出る。
❸全体がくったりしたらAを加える。ひと煮立ちしたら弱火にし、ふたをして、10分ほどコトコトと煮る。
❹粗熱が取れたらミキサーに移してかくはんする。
❺鍋に戻し、牛乳、生クリームを加えて温め、塩、こしょうで味を調える。
❻器によそい、生クリーム（分量外）を少々かけ、エディブルフラワー、ローズペッパーを飾る。

スパドリア

洋食の人気料理を合体させてみました。
アンチョビがいい塩味を出してくれます!

■材料（2人分）
スパゲッティ…………80g
長ねぎ………………10cm
えのき…………………40g
アンチョビ……………4本
生クリーム………大さじ2
ピザチーズ……………50g
塩、こしょう………各適量

■作り方
❶スパゲッティは塩を多めに加えた熱湯で、袋の表示より1分短くゆでる。
❷長ねぎは5cm長さに切り、縦にせん切りにする。えのきは手でほぐす。アンチョビは粗みじん切りにする。
❸スパゲッティがゆで上がったらざるに上げて水気をきり、グラタン皿に移す。②をのせ、塩、こしょうを振り、生クリームを回しかける。ピザチーズをのせ、トースターで8分ほど焼く。

タコの和風カルパッチョ

"生タコ"ならではのフレッシュなおいしさ。
梅とごま油の和風だれが自信の味!

■材料（2人分）
春菊……………………2本
A［たたいた梅干し、しょうゆ、みりん、ごま油……………各小さじ1／おろしにんにく…少々］
タコ刺身用薄切り…2人分
粉ざんしょう…………適量

■作り方
❶春菊は葉を摘み取り、氷水に放つ。パリッとしたら水気をきる。
❷Aをよく混ぜる。
❸皿にタコを並べ、①を食べやすい長さにちぎって盛り、②をかける。粉ざんしょうを振りかける。

慧美网 vimeee.net
蝴蝶网 hudie.com

蝴蝶网
hudie.com

なるほど! 私もベッキーの爪のあかをせんじて飲まなきゃね（笑）

"忙しい"は"充実"、"疲れた"は"頑張った"と言えばポジティブになれるんです

取材・文／加藤ナオミ
影／上田知枝　ヘア&
ク／横谷百栄(FIX-UP／
じ）　佐伯エミー（f-
ベッキーさん）　スタ
スト／永田彩子（ベッ
さん）　着付け／小林
（銀座もとじ）　料理
協力・スタイリング／
菜々　撮影協力／ロケ
ョンサービスTOM

【ベッキーさん】シャ
23100(エフダブルケー
ジニアガーメンツ）・
ャツ¥4935（シップス）
ミュージアム　フォー
ップス　サロペット¥1
／チャオパニック原
（リー）
【はまじ】着物／銀座
じ　和織

「会話上手」のポイントは意外なところにあった！

はまじ　いらっしゃいませぇ〜！

ベッキー　よろしくお願いします。

はまじ　さっそく、カンパーイ。テレビでほぼ毎日見てるから、すっかり知りあい気分。困ったことがあったらベッキーに相談しよう、っていつも勝手に思ってるの（笑）。前向きでハッピーなパワーがすごいです。

ベッキー　頑張ってポジティブというより、ハッピーを見つけるのが習慣になってるんです。きのうもスタッフさんが鏡を落として、周りが「ちょっと不吉?」という空気の時、私は『落としたのに割れなかったことが逆にすごい！』って（笑）。

はまじ　ものごと、どうとらえるかで違うもんね。番組でゲストを迎える時なんかも、ベッキーのさりげないフレンドリー感っていいなと思う。

ベッキー　"番組はお店"だと思っているんです。こっちに合わせてもらうんじゃなくて、ゲストの方の気持ちに私が合わせて、楽しんでもらえるのがいいかなと。

はまじ　で、すごく聞き上手で会話上手だよね。コツを教えて！

ベッキー　相手の肩と口を見てるかな。人は何か言おうとする時、息を吸うから、肩が少し動いて、口が動くんです。そしたら、私はしゃべらないで、相手の言葉を待つ。

はまじ　なるほどっ！　人の話に自分の声がかぶさらないコツはそれだったのね。ホント勉強になるわぁ。ちなみに、この人、ニガテだなぁと思うような相手とは、どう接する?

ベッキー　私は「会う人、全員が先生」と思ってるんです。何か学ぶところが必ずあるはずだから。そう思うと、ニガテ意識は減る気がします。

はまじ　あ〜、そういう謙虚なところも見習いたい！　ところで、こんなにしっかり者のベッキーは、恋したらどうなるの?

ベッキー　お肌がツルツルになります。そして、一日中、相手のことが頭から離れなくなる。でも、好きな人ができたことか周りにばれないように気を使うので、つきあう以前にヘトヘトになってしまう（笑）。

はまじ　え〜、それはもったいないでしょ。告白は自分からする?

ベッキー　相手の負担になったらと思うと、できないんですよね。

はまじ　わかった。じゃ、今度、恋に悩んだら、私に相談してね。前向きな作戦を提案させていただきますから。その代わり、ベッキーは私の人間関係の相談に乗って（笑）。

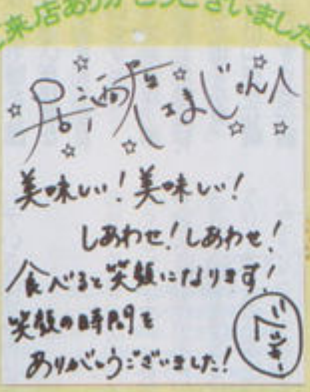
ベッキー　はい。また、来ます！

ものまね上手なベッキーから、仲間由紀恵さんのものまねのコツを教わり、練習する女将

❻❼「居酒屋さんって普段あんまり行
ないんだけど、こ
なメニューのお店
ら通っちゃうかも
とベッキー。3品
も、きれいにおい
く完食してもらっ
女将、大感激！

「私の中では20代は仕事が最優先、恋愛と結婚は30代で、と思ってます」とベッキー

ご来店ありがとうございました!



年齢はベッキーのほうがずっと下なのに、本当にためになることをいっぱい教えてもらいました！　また、遊びにきてくださいね！

自分たちが夢をかなえる姿が、
きっと誰かに夢を与える。
だからこそ夢を追い続ける

MORE meets…… *People*

TAKAHIRO
(EXILE)

取材・文／石井美輪　撮影／相賀公偏（GATE）
スタイリスト／野友健二

EXILEは大型の肉食獣集団です（笑）

14人という新体制になって初となるアルバム『愛すべき未来へ』をリリースするEXILE。収録されたどれもが話題曲ばかりの豪華な仕上がり!! 今年は全国ツアーや初の冠番組開始など、ニュースの多い一年に。彼らの勢いには目を見はるばかり。

「数年前から、新生EXILEを始動させる今年に照準を定めて何度も話し合いを重ね、準備を進めてきたので、今の状況はすごくうれしいことです」

この勢いは決して偶然ではなく、メンバー会議で14人がそれぞれに意見を出しあい、まとめていく努力を重ねてきた結果だ。

「わざわざ召集をかけなくても、常に〝今日もどこかで誰かと誰かが飲んでいる〟という状態なので（笑）。いつもEXILEのことを考えていますね」

14人体制になってからは、年下のSHOKICHIが加入し、最年少メンバーの立場を卒業。唯一の後輩とともに「夜から朝まで、10日間くらいずっと一緒に飲んで語り続けた」なんてこともあれば、「MAKIDAIさんの家に集まって、みんなで酒を片手に熱いトークを繰り広げて男飲み」するなど、かなり濃密な日々を過ごしているよう。自称〝大型肉食獣の集まり〟という男っぽさもまた、EXILEの魅力。今作には、そんな彼らの熱い思いがこめられている。

「表に出る仕事をしている僕らはよくも悪くも、多くの人々に影響を与える立場。だからこそ、今を生きる人や未来を担う子供たちにプラスになるものを提供

そんな彼らが常に大事にしているのが、〝夢を追う気持ち〟。

「僕自身、EXILEに出会って人生が変わったファンのひとり。上京して美容師を目指している時にEXILEのライブを見て、歌という新しい夢ができた。僕というひとりの人間が夢を与えられたように、きっとどこかに同じような人がいる……。その小さな連動が、夢のある未来につながればいいなって。

夢はいろんな気持ちを育て、パワーをくれる大切な要素。それは〝モテたい〟なんていう夢でもいいと思うんですよ（笑）。その気持ちが、キレイになりたい、魅力的な人になりたい、という努力や向上心につながるかもしれないし。僕だって〝モテたい〟という気持ちを原動力にしている部分もありますよ（笑）」

愛すべき未来へ

EXILEらしいダンスナンバーから珠玉のバラードまで、色鮮やかな全15曲。ほとんどがCMソング、主題歌など、話題になった曲ばかり!! DVDは、PV集とさいたまスーパーアリーナでのライブ&ツアードキュメントを収録した2枚組。メンバーが増え、さらに厚みを増したパフォーマンスは圧巻。また初回限定盤に付属するCDにはカバーや新曲を含めた7曲のクリスマスソングを収録。（12／2発売・rhythm zone ¥5980・DVD2枚組＋XmasCDつき）

PROFILE

たかひろ●長崎県出身。EXILEのライブを見たのがきっかけで、音楽の道を志す。06年、ヴォーカルオーディションに挑戦。1万人の中から新ヴォーカリストの座を勝ち取り、EXILEに加入。今春にはさらに新メンバーが加入し、14人体制に。ライブDVD『EXILE LIVE TOUR 2009 "THE MONSTER"』も発売中

蝴蝶网 hudie.com

ノルマや目的を自分でつくり、
ずっと先を見て走っていられる
役者って終わりがないんです

MORE meets…… *People*

黒木メイサ

取材・文／浅見祥子　撮影／浦田大作
ヘア&メイク／面下伸一（dynamic）　スタイリスト／松下麻理

〝生活感がない〟は私にとってほめ言葉

相手を射抜くような、すっとしたまなざしが印象的な黒木メイサ。彼女の最新作は、アニメーションで世界的名声を手にした、押井守監督による実写映画『アサルトガールズ』だ。

「押井監督の作品には独特の世界観があるので、そこに自分が入っていくのは新しい挑戦になるはず。楽しい撮影になりそうだなって。実際、現場では台本ではなく1カットごとの絵コンテをもとに撮っていったんです。すごく新鮮でした。でも最初は、現場でどう存在すればいいのかさえわからなかったんですけど」

物語の舞台は仮想空間の荒野。彼女が演じるグレイは美しき女スナイパーで、巨大モンスターの群れと激しい死闘を展開する。

「完成した映画を観て初めて、自分が押井さんの世界に入ったのを実感できました（笑）。ぐっと観客を引き込んで突き放し、また引き込む。一度ではつかみきれずにまた見たくなる。そんな不思議な魅力がある作品です」

たしかに彼女は、押井監督がゼロから構築した非現実的世界にナチュラルになじんでいる。〝ファンタジー向きの女優〟と監督が言うのもうなずける。

「目を見ても心が読み取れない人っていますよね。そういう人に興味があったので、〝生活感がない〟と言われるのはほめ言葉だと思います。けど同時に、21歳の女子として、そう言われるのはいかがなものかと（笑）」

料理はあまり得意じゃないけど、しょうがのききすぎた豚肉のしょうが焼きを作ったりする。恥ずかしそうに話す姿は超ク－

よりずっと肩の力が抜けている。

「10代は他人が思う私を演じなきゃいけない気がして苦しい時期もありました。〝黒木メイサ、好きなのは野菜です〟みたいな。本当はかなり肉食です（笑）。私、『世界の果てまでイッテQ！』のイモトさんに、いつも感動しちゃうんですよ。彼女はたぶん、人の何倍もいろんなことを感じてるはずです！」

真顔でそんなことを話すけれど、この人はきっと、この先もずっと女優であり続けるだろう。

「役者って終わりがないと思うんです。ノルマや目的を自分でつくり、先を見て走っていられる。もちろん壁はあるけど、それを乗り越える作業が楽しい。ストイックというより、自分に負けるのがイヤなだけかもしれません」

「アサルトガールズ」

vimee.net

仮想空間〝avalon（f）〟でプレイヤーのグレイ（黒木メイサ）、ルシファ（菊地凛子）、カーネル（佐伯日菜子）らはモンスター〝スナクジラ〟の群れと戦うが、仲間のひとりが敵にのみ込まれ強制終了。残る戦士の前に超大物が姿を現す。海外でも高評価を得る押井守監督の最新作。●12／19～テアトル新宿ほか

PROFILE

くろき・めいさ●1988年5月28日、沖縄県生まれ。04年、北区つかこうへい劇団の舞台で主演。翌年『あずみ』で座長を務め、『同じ月を見ている』で映画デビュー。主な出演作は映画『クローズZERO』、『誘』、ドラマ『風のガーデン』など。1stシングル『SHOCK ―運命―』をリリースし、歌手としても活躍中

©2009 八八時・デイズ／ジェネオン・ユニバーサル・エンターテイメント

MORE meets…… Cinema

高学歴高収入なんて嘘! "理想の男"の新・法則

取材・文／浅見祥子

国家を敵に回した銀行強盗と、親離れできないフリーター。一見理想とはほど遠い男が登場する対極的な2作品で、あなたの"理想の男"が変わる!?

『パブリック・エネミーズ』でジョニー・デップが演じるのは、ロックスターみたいなジョン・デリンジャー。仕事に独自の流儀を持ち、仲間は裏切らず、運命の女を一瞬で口説き落とす色気を持つ。そして何より、「彼といたらこのク○みたいな人生を抜け出せるかも」という夢を抱かせる男。自分を変えてくれる（かもしれない）男に女は弱い──たとえ、銀行強盗でも。

『理想の彼氏』でキャサリン・ゼタ＝ジョーンズが演じるサンディは裕福でハンサムな"理想の夫"と離婚、理想とはほど遠いアラムと出会う。16歳も年下で定職はなく、親と同居し、野心も野望も夢もなさそう。でも彼は日常に小さな幸せを見つけ、人間関係を大切にして丁寧に生きる、心優しいロマンティストだった。つまり離婚して自分の人生を取り戻そうともがくサンディは「このク○みたいな人生を変えよう」と腹をくくった女。だからこそ、自分のままでいられるアラムが、彼女にとっての"理想の男"になったのだ。

自力でも他力を借りてでも、まずは自分を変える！　と決める。腹の底からそう決めて行動すれば、目の前には必ず"理想の男"が現れるってことかも。

「パブリック・エネミーズ」

大恐慌時代の米国。市民を苦しめる銀行を襲うジョン・デリンジャー。ビリー（マリオン・コティヤール）と運命の恋におち、何度も強盗を繰り返すが、FBIが彼を追いつめる。こんなカッコいいジョニデ見たことない！　●12／12～TOHOシネマズスカラ座ほか

©2009 Universal Studios. ALL RIGHTS RESERVED.

「理想の彼氏」

夫の浮気が発覚して即離婚。再婚活の果てに、理想とはほど遠い16歳年下の草食系男子アラムと出会ったサンディ。純な恋にのめり込むが、人生のパートナーとなると話は別!?　アラフォーの幸せ探しに深く感情移入、その結末にじーん。●丸の内ピカデリーほか

©Rebound Distribution, LLC

今月のオススメ★CINEMA & DVD レビュー

「カールじいさんの空飛ぶ家」

妻との想い出がつまる家で暮ら孤独なカールじいさん。家も生も失いそうになった時、じいさの家が空を飛ぶ！　『モンスタズ・インク』の監督によるCGニメ。冒頭、短編映画並みの完度で描かれるじいさんの半生に、最後は希望で胸がいっぱいに。2／5～TOHOシネマズ日劇ほか

©DISNEY/PIXAR

「牛の鈴音」

30年間ともに働いた牛と、静かに老いたチェじいさん。毒づくばあさんを尻目に耕作機も農薬も拒否。やがて牛の最期が近づく……。韓国で社会現象となったドキュメンタリー。BGMは最小限、ナレーションはばあさんの…

STUDIO NURIMBO

「スノープリンス　禁じられた恋のメロディ」

…の淡い恋──犬のチビが友達…絵が大好きな草太（森本慎太郎）の想い出だった。『おくりびと』脚本家による和製"フランダーの犬"。昭和初期のノスタルジックな風景に浮かぶせつない恋物語。12／12～丸の内ピカデリーほか

©2009「スノープリンス」製作委員会

DVD「群青　愛が沈んだ海の色」

沖縄の離島。幼なじみの一也との結婚を父（佐々木蔵之介）に反対された涼子（長澤まさみ）。一也は許しを得ようとサンゴを取りにいって帰らぬ人に。涼子の心は青く凍りつく。揺るぎなく王道な、喪失と再生のドラマ。涼子を見守る男たちの心の傷が物語の奥行きを深める。●発売中。¥3990／バンダイビジュアル

MORE meets…… Music

実力派ディーヴァたちの新作リリースラッシュ!!

年末にかけて、洋楽女性シンガーの新作が続々リリースされる。特に注目は……。

デビューアルバムがいきなり世界で500万枚のセールスを記録し、マドンナの再来ともいわれるレディー・ガガ。マンハッタンのクラブやストリップのバイトから、MTVの授賞式まであらゆる場所で観衆をわかせてきた、天性のエンターテイナーだ。自らを"ファッションオタク"と言う彼女、日本のギャルの間でも流行したキティちゃんみたいなリボンヘアや、最新作で見せる裾広がりボブなど、独創的なヘアも目が離せない！

デビュー直後からスターになった歌姫といえば、昨年世界進出を果たし全米ナンバーワンを勝ち取ったばかりのレオナ・ルイスも早速新作を発表。リード曲の『ハッピー』は、結婚式のBGMとしても人気が出そう。また、昨年もグラミー賞に輝いたアリシア・キーズの新作は、その美貌を引き立てるシンプルなピアノサウンドが印象的。近年は『リリィ、はちみつ色の秘密』など女優としても活躍中だ。

存在感はまさに怪物級!
レディー・ガガ

1986年生まれ、ニューヨーク出身。ニューアルバムは、日本でも爆発的ヒットとなったデビュー作『ザ・フェイム』に加え、さらに新曲8曲を収録した"お買得"な2枚組。早くも貫禄さえ感じさせるカッコよさ！

『ザ・モンスター』ユニバーサル インターナショナル ¥2500

才色兼備のブランド力
アリシア・キーズ

1981年生まれ、ニューヨーク出身。2001年のデビュー以来、発表した4枚のアルバムはすべて全米アルバムチャートで1位を記録。歌唱力、ソングライティング、ビジュアルと、非の打ちどころのないアーティスト

『ジ・エレメント・オブ・フリーダム』ソニー・ミュージックジャパンインターナショナル¥2310（12／2発売）

3年でトップスターに!
レオナ・ルイス

1985年生まれ、ロンドン出身。2006年にオーディション番組で優勝し、翌年UKデビュー。2008年には欧米、アジア各国でも大ヒットとなり、無名の存在から一躍スターダムに。エモーショナルな歌声が持ち味

『エコー』ソニー・ミュージックジャパンインターナショナル¥3360（DVDつき）

今月のオススメ★CD レビュー

『…いままでのA面、B面ですと!?』
GReeeeN

…ってました！　のベスト盤もやっぱり、彼らららし…人を食ったようなタイトルに（笑）。でも音楽は…つだって変化球じゃなく直球。シンプルでストレ…トで力強いから、老若男女の心を動かす力がある。（NAYUTAWAVE RECORDS ¥3200・2枚組）

『What's flumpool!?』
flumpool

デビューから1年、ついに1stフルアルバムを発売。人気の高い『星に願いを』や、映画の主題歌になった『MW―Dear Mr.&Ms.ピカレスク～』など、疾走感あふれるバンドサウンドにテンションもアップ!!（12／23発売・A-Sketch ¥2480）

『能動的三分間』
東京事変

…ルバム制作に向けて再び集結した東京事変が、約…年ぶりとなるシングルを発表。ひさびさに作詞作…とも椎名林檎が手がけ、成熟した事変ワールドを…せてくれる。次なるアルバムの完成が楽しみ！（12／2発売・EMI Music Japan ¥1000）

『R.I.P./Merry Christmas』
BUMP OF CHICKEN

"安らかに眠れ"という意味を持つ『R.I.P.』。激しく情感のこもった演奏と、独特の世界観を持つ詩的な言葉に心揺さぶられる。冬の似合うバンプらしいクリスマスソング『Merry Christmas』も必聴。（トイズファクトリー ¥1050）

『PRESENT』
JUJU

…明日がくるなら』以来、7カ月ぶりのシングルは映…『DISNEY'S クリスマス・キャロル』のイメージソ…グに。ニューヨークに渡り小さなクラブで修業を…んだJUJUの歌声は、どこまでも温かく味わい深い。（Sony Music Associated Records ¥1223）

hudie.com

MORE meets…… *Stage*

気になる舞台人
荒川良々さん

取材・文／井上 愛　撮影／高橋依里

あらかわ・よしよし●1974年1月18日、佐賀県生まれ。95年より大人計画に参加。舞台、ドラマ、映画、CMなど多方面で活躍。映画『全然大丈夫』（08年）では、初主演を務めた

映像などで見せる独特の雰囲気、かつミステリアスな存在感が魅力の俳優・荒川良々。ところが、当の本人の自覚は？

「この世界で10年ちょっとやってますけど、いまだに『僕は俳優だ』なんて胸を張って言えないんです。会員証を作る時も職業欄に〝フリーター〟って書いちゃうぐらいですから（笑）。気はずかしさもあるし、もともと俳優を目指してたわけじゃないという背景があるかもしれません。当時はただ、田舎を出たい……その一心でしたから」

そんな荒川さんに、今の夢を聞いてみると、「僕の仕事は3年後にどうなってるかさえ、わからないけど……」と前置きをしたうえで、意外にも骨太な発言を聞かせてくれた。

「面白い作品に出合いたい、面白い人たちに出会いたい、ですね。それには目の前のことを一生懸命やるしかないと思ってます。僕は何度も稽古を繰り返して役を膨らませる舞台……特に稽古場が好きだから、今作の岩松（了）さんのように一挙手一投足、細かく芝居をつけてくれるのが楽しくてしょうがないんです。厳しいダメ出しでさえ、僕にとっては喜びですから」

その成果が出る本番は、彼以上に観客にとっての醍醐味だ。

「マレーヒルの幻影」

小説『グレート・ギャツビー』に想を得た岩松了の書き下ろし新作。初舞台となる主演の麻生久美子＆ARATAに注目！　三宅弘城らも出演。◆12／5～27　下北沢・本多劇場（大阪公演あり）　●森崎事務所　☎03・5475・3436

（写真／三浦憲治）

今月のオススメ★STAGE レビュー

「東京月光魔曲」

Bunkamura20周年企画の最後を締めくくるのは『労働者M』（06年）を手がけた奇才、ケラリーノ・サンドロヴィッチの新作。瑛太、松雪泰子、ユースケ・サンタマリアなど豪華俳優陣が出演し、混沌とした昭和初期を舞台に不可思議な物語が展開する。年末年始公演ということで、祝祭ムードが感じられる作品になりそう。◆12／15～1／10　渋谷・Bunkamuraシアターコクーン　●Bunkamura　☎03・3477・3244

「ANJIN
イングリッシュサムライ」

日英両国の実力派俳優が共演する国際共同プロジェクト。日本からは市村正親と藤原竜也の最強タッグが実現し、激動の江戸時代を舞台に大歴史劇を繰り広げる。彼らが英俳優のオーウェン・ティールといかにバトルするのか!?　この熱きトライアングルが摩擦するさまを目撃しては？　◆12／10～1／18　天王洲・銀河劇場　●ホリプロチケットセンター　☎03・3490・4949

「ヘドウィグ・アンド・
アングリーインチ」

これまで2度の公演で熱演を見せた山本耕史主演のロック・ミュージカルがライブハウスZEPP TOKYOで甦る。性転換手術の失敗で股間に〝怒りの1インチ〟が残ってしまった主人公が自らのカタワレを探し求めて発信する歌声には、哀愁とかすかな希望が入り交じり、心の奥をズキンと突いてくる。◆12／2～6　お台場・Zepp Tokyo　●サンライズプロモーション東京　☎0570・00・3337

MORE meets…… *Books*

女子人気↑時代小説の新たな魅力を知る3冊

取材・文／山本圭子　撮影／大和ちひろ

慧美网
vimee.net

歴史好き女子が、急増中！　空前絶後の〝歴女〟ブームは本の世界にも広がり、時代小説は百花繚乱状態の盛り上がりに。ベストセラー『のぼうの城』の作者・和田竜の戦国スナイパー小説や、30歳とは思えない骨太の筆力で読ませる天野純希の長編、土地と権力者たちの関係を長い目で見た森谷明子の新感覚時代小説など、注目の作品が続々登場。物語の面白さはもちろん、現代に溢れる草食系男子とは一線を画す、歴史上の〝漢〟たちの魅力も楽しめる！

1.史上最大の帝国に襲われたある島の悲劇

『青嵐の譜』天野純希著

集英社　￥1680

13世紀後半、玄界灘の壱岐島に突然蒙古の大軍が押し寄せる。すさまじい殺戮を繰り広げた彼らは、7年後再び戦いを挑むが……。歴史的大事件〝元寇〟に運命を狂わされた3人の若者の姿を描きつつ、鎌倉幕府や元の実態をも明らかにしたスケールの大きい小説。若者たちの愛と悲しみが胸に迫る

2.ラストで明かされる本当の権力者に驚愕

『葛野盛衰記』森谷明子著

講談社　￥1995

多治比一族の御耶は桓武天皇の寵愛を受け、一族の里に長岡京がつくられることに。しかしその地に洪水が起き、怨霊の仕業と恐れた天皇は平安京に遷都。やがてそこは歴代の権力者たちの陰謀が渦巻く土地になっていく。土地が持つ不思議な力に焦点を当て、平家滅亡までを描いた力作長編

3.領地争いの鍵を握る、武士たちの生きざま

『小太郎の左腕』和田 竜著

小学館　￥1575

戦国大大名登場前の1556年。戸沢家の猛将・林半右衛門は、児玉家との領地争いに参戦していた。よき敵と認めあう花房喜兵衛との戦いで傷を負った半右衛門は、不思議な少年と老人に助けられる。実はその少年こそ、後の両家の命運を握る鉄砲使いだった。武士の気概が伝わる、異色の戦国小説

今月のオススメ★BOOKS レビュー

『遙かなる水の音』
村山由佳著

集英社　￥1575

『ダブル・ファンタジー』で柴田錬三郎賞などを受賞した著者の最新作。パリ在住の緋沙子は弟の遺言を実行するため、サハラ砂漠への旅に。同行したのは弟の親友カップルと弟の同棲相手の男性。4人はそれぞれの事情を抱えていたが、旅が彼らの心を変えていく。愛の多様な形を描いた群像劇

『まほろ駅前番外地』
三浦しをん著

文藝春秋　￥1575

直木賞受賞作『まほろ駅前多田便利軒』の愉快な男たちが帰ってきた！　便利屋の多田と行天は今回もさまざまな事件に遭遇。婚約指輪をめぐる……の争いに巻き込まれたり、謎の遺品整理を頼まれたり。前作未読でも楽しめる、おかしさとせつなさが絶妙にブレンドされたしをん風ハードボイルド

『オンエア』（上・下）
柳 美里著

講談社　（上・下）各￥1680

ある番組の3人の女性アナウンサー……サブキャスターとスポーツキャスターとお天気キャスターが味わう仕事の醍醐味と屈辱を、ドラマティックに描いた長編小説。なかでもお天気キャスターがスキャンダルのために番組から降ろされ、復活していく姿は感動的。粘り強く生きる女たちに拍手！

『インパラの朝 ユーラシア・アフリカ大陸684日』
中村安希著

集英社　￥1575

アメリカの大学で学んだ著者は、貧困や紛争が待ち構える国々への旅へ。理由は明かされず、彼女が何と出会い、どう感じたかがつづられる。貧しさゆえ著者を騙そうとする人もいれば貧しくても歓待する人も。彼らの背景には何があるのか考えさせられる。開高健ノンフィクション賞受賞作

人がノンストップ生討論
まんとうに使える服」は
タイリストが知っている
・フォード 新作映画を語る
k in Book
ンティエのクリスマス
BAGはプラダで

とじ込み保存版
聖夜までのカウントダウン
おうちクリスマス
盛り上げアイデア24

spurshopperでも買える
今年贈りたいもの
欲しいもの
ベスト50

インテリアルポ
北欧のクリスマスじたく

幸せを呼ぶ
クリスマスジュエリー

食いしん坊ライター 桂まりの
完全無欠の「予約鍋」

アッション＆ヘアの
新を過去最大
リュームで！

モデルスナップ
TOP200

1月号
好評発売中
http://spur.jp
JANUARY
集英社 定価660yen(税込)

[シュプール]
SPUR
HOLIDAY SPECIAL

蝴蝶网 hudie.com

Hits! Hits! Hits!

Precious プレシャス

vol.1
憧れブランド・クローズアップ

「カルティエ」のコレクション レ マスト

撮影／[illegible]吉輝　スタイリスト／由里本舞

ささやかな幸せ、親しみ深さ、明るく軽やかな気分。11月に誕生したばかりの、「コレクション　レ　マスト」は、そんな、人々の心が求めるものを反映したコレクション。

たとえば、今まではあまり見られなかった、ピンクやパープルといったポップなカラーストーン。あるいは、"幸福の象徴"とされるスカラベやトーチュ（亀）のモチーフ。そして願いを込めて結んだゴールドの「アントルラセ」や普遍の人気を誇る「トリニティ」。どれにしよう?　なんて悩むことすら楽しくなるようなラインナップは、どれも最高にプレシャスで、そして愛らしく。

「いつもお守り代わりに」という思いとともに、ひとつ、ふたつと手に入れれば、日常が喜びや幸せで溢れるはず。

（左から時計回りに）「アントルラセ」YGネックレス¥170100・「セ ド カルティエ」PG×ピンクトルマリンネックレス¥247800・WG×アメシストネックレス¥195300・スカラベモチーフWG×ダイヤモンドネックレス¥199500・YGネックレス¥128100・トーチュモチーフYG×ホワイトMOP×ダイヤモンドネックレス¥161700／カルティエ

色石やラッキーモチーフが日々を彩る、シックで愛らしい新コレクションが誕生!

慧美网
vimes.net
hudie.com

Brand's close up!

つけるだけで幸せ♡ パンテール　モチーフのウォッチも発売!

「コレクション　レ　マスト」には憧れのウォッチも多数ラインナップ。なか[illegible]入れたいのが[illegible]ードで[illegible]パンテール　モチーフ。[illegible]タンク　ソロ　SM　パンテール　モチーフ　ウォッチ¥218400／カルティエ

どこまでも続く砂の海——旅の果ては、どこにあるのだろう。

遥かなる水の音

村山由佳

柴田錬三郎賞
島清恋愛文学賞
中央公論文芸賞
トリプル受賞後
第一作!!

「僕が死んだら、その灰を
サハラにまいてくれないかな」
青年の遺言を叶えるために、
モロッコへ旅立つ、
愛に不器用な四人の大人たち。
太陽と砂。風の音。満天の星。
日常のすべてが削ぎ落とされ、
彼らがそれぞれに見出したものとは？

「これは、特別な、一度きりの旅なんだ——」（ジャン＝クロード）
中年のフランス人で同性愛者。

「この、ひたひたと満ちてくる
蒼いような寂しさは何だろう」（緋沙子）
パリ在住。パートナーとの関係に悩む。

「しなかったらいつか後悔するようなことは、
絶対先へ残しておいちゃだめだ」（浩介）
お店を経営する、行動的で鈍感で優しい青年。

どうしてあれほど傲慢に、
続いていく明日を信じられたんだろう」（結衣）
恋人未満の同級生・浩介への、複雑な思いに揺れる。

最新刊・発売中●定価1,575円（税込）

木耕太郎さんと著者の対談掲載！（12月上旬～）
らすじやロードマップ、著者インタビュー、オリジナル壁紙プレゼントなど、本作を楽しむための情報が満載!!
遥かなる水の音』特設Webサイト▶ http://www.shueisha.co.jp/harumizu

〒101-8050 東京都千代田区一ツ橋2-5-10 集英社
撮影：松岡雅子 http://www.shueisha.co.jp

蝴蝶网
shudiee.com
慧美网
vimee.net

Hits! Hits! Hits!

Fashion ファッション

hudie.com

vol.1
注目ブランド最新スクープ!

「アパートバイローリーズ」の黒のピーコート

撮影／村山元一（モデル） 石沢義人（製品） ヘア&メイク／森ユキオ（NEWS）
モデル／大屋夏南 スタイリスト／松野裕子

今年のコートやアウターを、まだ買っていない人は超ラッキー☆ 絶対買うべき万能コートが、この大人気ブランドから登場です。『アパートバイローリーズ』の今シーズンはとにかく黒、黒、黒。特にコートがスゴいんです！ シルエットはシンプルでクラシックで、美スタイルをお約束。ポケットやボタンのディテールにはトレンドのミリタリーテイストも。パンプスやハットを合わせれば上品なレディになれるし、ブラウス&ジーンズならカジュアルな甘辛ミックスも簡単。おしゃれで、スタイルがよく見えて、合わない服がないなんて、これぞ"理想のタイプ"！

あ、「アウターもう買っちゃった……」という人もご安心を。さすがは安リッチの殿堂入りブランド、驚異の１万円台（!!）だから、２着目、３着目にもぜひどうぞ♡

コート¥19740・インのワンピース¥6195・パンプス¥10290・ハット¥3990・ストール¥6195／アパートバイローリーズ
タイツ／スタイリスト私物

おしゃれ感、美スタイル、
合わせやすさ、プライス。
三拍子以上、そろってます！

これもオススメ!

慧美网
vimee.net

こちらは旬のライダース型。レザーではなくメルトン素材なので、ハードすぎないジャストな辛口感が魅力。ファーやムートンブーツなどかわいい冬小物たちと合わせて。
コート¥17640・ニット¥8295・スカート¥8295・ブーツ¥8925・バッグ¥6195・ファーティペット¥6825／アパートバイローリーズ

●定価は税込みです。
www.s-woman.net

リー クリエイティブ キッチン ポータブル
LEE CREATIVE KITCHEN Portable

オール新作レシピで贈る、人気ブロガーのかんたん野菜メニュー！

大切な日の野菜料理帖

定価 950円

庄司いずみ

3ステップの手軽さで、アイディア満載の野菜料理が作れる！
ブログにない初公開のごちそうレシピ、全149点を紹介します。

最新刊・発売中

土鍋で
ごま油風味の野菜しゃぶ

ホットプレートで
3種の焼き餃子

クリスマス
蒸し野菜のあえピンチョス

アジアのごはん
タイ風なすカレー

LEE CREATIVE KITCHEN Portable シリーズ（好評発売中）

定価(各)950円

野菜でパパッとおつな味

生活文化編集部 編

アスパラのささみ巻き

「うち飯」のコツ

上土谷 恵

山いも・のり・卵黄

安い！うまい！使いきりおかず

生活文化編集部 編

ツナと根菜のけんちん汁

（話題の新刊・好評発売中）

LEE リー クリエイティブ ライフ *Creative Life*

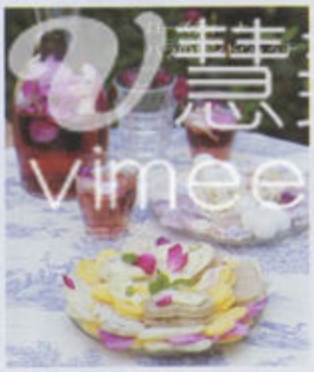
イラスト・写真でよくわかる、
バラを楽しむ入門書。

はじめてのバラ育て

育てやすいバラ図鑑付き

定価 1,260円

鈴木せつ子



ティータイムを演出する雑貨＆スウィーツレシピを紹介！

菓と茶

加藤千恵のティータイムへの招待

定価 1,785円

加藤千恵

ルリジューズという名前のシュー

nudie.com
慧美网
vimee.net

hudie.com

vol.1
小番長アツのコスメ修業道

「DHC」のリキッドファンデーション&フェースパウダー

撮影／金子吉輝　スタイリスト／由里本舞
イラスト／カツヤマケイコ

ファンデーションの常識をくつがえす、濃密な潤い感！しっとりはり肌はこのコンビで

国内基準上限濃度のコエンザイムQ10やスーパーヒアルロン酸などの美容液成分を、シリーズ全品にたっぷり配合。まるでスキンケアをしているような潤いを実感できる。特に乾燥しやすい冬は、なめらかなリキッドがおすすめ。仕上げにフェイスパウダーを重ねて、大人のつや肌に。DHC　Q10モイスチュアケア（右）リキッドファンデーション　SPF 25・PA＋＋（全色）各40g ¥2200・（左）フェースパウダー（全2色）14g ¥1785（2点とも価格は編集部調べ）／DHC

スキンケア級の潤いで一日中乾燥知らず

誰しも経験があると思うんだけど、夕方、早い時は日中から、肌って乾燥しません？　スキンケアしたての、あのもっちり潤った肌はいったいどこへ行ったんだ!?　ってくらい。なんとかして保湿したいけどファンデーションを塗ってるから難しくて、乾きゆく肌を見守るしかない（涙）。そこで小番長気づきました。ファンデーションでスキンケアできればいいんだと。でも、そんなオイシイ話ないよね……と思いきや、あったんです！
それが、「DHC」のリキッドファンデーション。スーパーヒアルロン酸にアミノ酸、セラミドと、潤い成分をこれでもか！　というくらいぜいたくに配合。コエンザイムQ10にいたっては、国内基準上限濃度なのだとか！　もう、成分を聞いただけで潤いそう。肌にのばすと、そのよさは一目瞭然。美容液みたいにとろんとなめらかにのびて、肌をパックしてるみたい♡　カサカサ荒れた肌にもぴたっとフィットして、本当に乾燥を感じない。夜になっても、マジでうるうる♡　さらに独自の技術でふっくらとしたはり感や、透明感まで。仕上げに、同じく美容液成分たっぷりのフェースパウダーを重ねれば完ぺきです。テンション上がるわ～♪　使わなきゃ、大損ですよ！

美容[illegible]長[illegible]の「これも逸品!」

「ちょっと、アツ、この下[illegible]！ だって、くすみも毛穴も色ムラもきっちりカバーしてくれるし、「SPF 22」だし、[illegible]すぎ！ 肌[illegible]十分美[illegible]♪ しかも[illegible]で一日中[illegible]うるうる。早く買いなよ～！」。DHC　Q10モイスチュアケア　カラーベース（ベージュ）SPF 22・PA＋＋　30g ¥1470（価格は編集部調べ）／DHC

わお！　これ本当に下地!?
毛穴も目立たなくなるから、素肌がきれいに見えますね！

vimeo.net

ーア総力特集

マキア売れ確実!!の
ベストコスメ・オブ・ザ・イヤー2009

MAQUIA COSMETIC OF THE YEAR 2009 BEST OF BEST

.1 ベストコスメ大賞ほか、各大賞発表!!
.2 美のオーソリティが選ぶ今年のベストコスメ
.3 読者代表&ビューティズのベストコスメ
.4 2009年 人気特集で活躍したアーティスト6人のベストコスメ
.5 数字が語るベストコスメ Part.6 ベストコスメ全リスト

マキアパスポート 電話予約も受付中!
新丸ビル3階 話題の美のサロンで女を磨く!

うっとり

ーアうっとりスペシャル

意志ある模倣で 2010年「なりたい女」!

美女をまねることこそ、キレイへの近道!

間和代 スペシャルインタビュー「まねる力で自分を変革」
田美保子&おぐねーの「芸能人分析、マキア美女分析」

本浩未 働く女の「矢印まつ毛」講座
橋里帆 働く女の「やや派手囲み目」塾

BOOK in BOOK おいしく食べて、もっとキレイ! 美貌食クッキング

うっとり美晩酌 うっとり美人鍋 BOOK

麻生久美子、吉瀬美智子、木下優樹菜ほか 人気女優たちのキレイになる おつまみレシピを大公開! などなど

マキアオリジナル

2010うっとり香水カレンダー

可愛くて使いやすいA5サイズカレンダーです

別冊付録

あの名品が中川清美さんのイラストに!

※内容は一部変更になる場合があります

huale.com
慧美网 vimee.net

美しくなるとは、人生を変える。ハイクオリティ ビューティ マガジン[マキア]

MAQUIA

10 1月号 好評発売中 毎月23日発売

@MAQUIA http://maquia.shueisha.co.jp 集英社

vol.1
今月のイチ押し!
「セイコー ルキア」の"ソーラーウオッチ"

撮影／金子吉輝　スタイリスト／由里本舞

「セイコー　ルキア」の新作は、太陽や蛍光灯の光を利用して動く"ソーラーウオッチ"！チェリーレッドの文字盤がエレガントなのは「SSVR011」。また、「SSVR016」は、「ルキア」のイメージキャラクター菅野美穂さんがセレクトしたクリスマス期間限定品。淡いパウダリーピンクの文字盤で、大人かわいい印象に。

電池交換不要のエコな機能を備えつつ、女性の手もとをより美しく魅せてくれるミニ＆スリムな洗練デザインにも注目。オンオフ問わず大活躍間違いなし。見た目も機能もパーフェクトなウォッチを今すぐ手に入れて！

機能性とおしゃれなデザインを両立した、ワンランク上の洗練ウォッチがデビュー！

パッと見て時間が見やすい、シンプルなダイヤルレイアウトも魅力。時計（右）「SSVR011」￥39900・（左）「SSVR016」￥49350／セイコーウオッチ（セイコー　ルキア）

菅野美穂さんの期間限定ブログが開設中！

今なら菅野美穂さんのブログが見られる！「セイコーウオッチ」ホームページ上にて、菅野さんが日常をつづる、スペシャルブログ「菅野ブログ本日の5分」が開設中。おしゃれな私服コーディネートも紹介。11／20から12月下旬までの約1カ月の期間限定だからお見逃しなく！　詳しくはホームページで。■http://www.seiko-watch.co.jp/lukia/

蝴蝶网 hudie.com
慧美网 vimeo.net

PINKY特別編集
フォトBOOK

佐々木希

Non♡

ノン

PINKYの大人気モデルとして、女優として。
ますます進化を遂げる、今いちばん旬な女の子・
佐々木希のフォトBOOKがついに完成!
私服、セルフメイク、お部屋etc. 気になる
プライベートから、希自身がプロデュースした
セミヌード＆ファッショングラビアまで、
今まで見たことのない佐々木希がここに!

私服、メイク、お部屋etc.
プライベートを完全公開

生い立ちから
恋バナまでを告白♥

好評
発売中

定価1000円(税込)
A5判ソフト　本文112ページ
ISBN:978-4-08-780546-8

←くわしくは、
こちらのWebサイト
でチェック!

渾身のセミヌード＆
ファッショングラビア!

PINKYお宝SHOTも!

集英社

mudie.com
唯美网
vimeo.host

BAILA

毎月12日はバイラの日
［バイラ］

1月号 予告

「今日なんだかきれい!」友人や仕事相手、彼にそんな言
かけられたら、即気分は上がるし一日中HAPPY!
今月はあなたの"美人度"をもっともっと上げる服を大特
ちょっとした選び方のコツで体のラインが細めにきれい
見えたり、印象がアップする楽しさをぜひ試してみて!

ファッション買い足し特集

通勤もイベントも! 印象に残る服が強い味方

「スタイルアップ」と「顔映え効果」で〝ぐっと〟美人に見える服

1 立ち姿最高の美シルエットワンピース 2 女度高めな美鎖骨ニット
3 腰まわりほっそり黒華スカート 4 肌映えスキンジュエリー 5 美脚タイツ図鑑

大人
企画

これが
辻 直子流
全身ロープラ
なのに
気持ちはリッチ

大人のデニムはグレ
徹底着たおし作戦

\見つけた! 絶対成功の新法則
通勤スタイルに効く
簡単サンドイッチC

BOOK in BOOK 今すぐ始めること、今すぐ変えること

転ばぬ先の30歳美容

1「私たちの美容事情」リポート 2 佐伯チズさんのDO&DON'T!
3 藤原美智子さんの「眉からまず変えよ」
4 頑張る女子はピンク下地を塗りなさい!
5 2009年下半期・アラサーのためのベストコスメ発表
6 センパイ美女の「この名品コスメがあれば大丈夫」

紗世の着回し劇場

5大アウターを駆使する年末年始1カ月コーディネート

おしゃれな人30人が熱く語る
「本当に買ってよかった!」服&小物リスト

働くオンナのお助けBAILA Vol.14
知らずに間違えていました
オフィス日本語検定

2010年、愛と結婚をつかむ!「星座×性格」占い

12月12日(土)発売! 予価670円(税込)
※内容は一部変更になる場合があります

http://baila.shueisha.co.jp

V意美网 vmee.net
蝴蝶网 hudie.com

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com

MORE 2月号予告

12月25日(金)発売

●内容は一部変更になる場合があります

ポール&ジョー ボーテ×MORE フラワー✿バッグinバッグ

ランチバッグにもポーチにもなるかわいい相棒! 実は中の機能もスゴイんです!

真冬のコーデ勝利宣言!

菅野美穂の「冬コーデ」マニフェスト2010

人気スタイリストたちが、全力で応援します!

新しいコーデで、輝け!「手持ち服」

モアにしか聞けない! 冬コーデの「小悩み」ぶっとばせ!

玲奈カジ 奇跡の100日!! 着回しSPECIAL

夏希OLの2010年開運★お仕事着回し30DAYS

美容のプロ&番長ファミリーが2009下半期も全力リサーチ!

感涙! MOREコスメ大賞、発表!

別冊付録 人気モデルたちの溺愛私物からハマリものまでを大公開!

MOREモデルズ11★パーフェクトBOOK

熱愛ブランドSCOOP!
「MIU MIU」がなくちゃ春は来ない!

ますます大好き!
「ストール&マフラー」冬の陣

「春靴&バッグ」
欲しいもの取って出し!

夢色満開!
春新色トキメキ♥カレンダー

「お金使いのうまい人」の
お財布事情 丸ごと拝見!

「旬ブーツ×つなぎ×ボトム」
どうする?真冬の足もと実例集

髪型変えたら、運命も絶対変わる!
今年こそ!
ヘアチェンして新しい私!

人気沸騰の占星術家・橘さくら監修
「恋&仕事」2010年
スタートダッシュ占星術

二宮和也 赤西 仁

29歳の新人議員に密着!
福田衣里子

yimeee.net

hudie.com

ルネ・ヴァン・ダール・ワタナベの 西洋占星術

11.28 ▼ 12.24

ルネ先生が、あなたのお悩みにお答えする『HOT LINE』☎03・3350・6840（毎週火曜 PM10～翌AM0／曜日は変わることもあります）。
ホームページは
■http://www.rene-v.com
●著書『恋聖ルネ・ヴァン・ダールの必ず成功する結婚占星術』が好評発売中

イラスト／岡本かな子

気持ちを新たにするため、行く先も決めずに、初めてのひとり旅。きらきらと光り、舞い落ちる雪が応援してくれているかのよう。

♈牡羊座 3.21 ➤ 4.19

●全体運★★★★　運気は明るく上昇。迷いがふっきれ、得意ジャンルで活躍する機会も増えそう。できると思うことには積極的に自己アピールを。ただし、必要な連絡や説明は独断で省略しないこと。人の都合や心情も思いやって。尊敬する人や年長者の話を聞くと吉。旅行やレジャーにもツキ。クリスマスパーティーは早めに企画を。金運好調、自己投資を惜しまずに。
●恋愛運♥♥♥♥♥　楽しい出会いの兆しあり。憧れの男性から誘われたり、好みのタイプの人からアプローチを受けることも。気になる人をイベントや食事に誘うのも吉と出そう。カップルはふたりで遠出するとハッピーに。旅行を計画してみて。
●ラッキーアイテム　インポートブランドのボタンダウンシャツ・ツイードのジャケット・海外の旅行ガイドブック

♉牡牛座 4.20 ➤ 5.20

●全体運★★　運気ダウン。内向的になりがちで、必要以上に悩みを抱えそう。不器用な面が表に出やすく、よけいにくよくよすることも。今期は一気に現状打破をめざすよりも苦手なことを地道に克服するのが吉。人知れず重ねる努力がツキを呼びます。仕事面でうれしい評価を得る兆しも。旧友に連絡を取ると開運に。暴飲暴食に注意。金銭面はクーポンに注目を。
●恋愛運♥♥　停滞ぎみ。あいまいな要素が多く、相手の真意がつかみにくい時。タイミングが悪かったり、言動を誤解されたりする暗示も。焦らずに少し様子を見て。一方で、不毛な関係を迫られるおそれあり。早めに意思表示をすること。
●ラッキーアイテム　ワインレッドのロングカーディガン・アニマルプリントのミニスカート・古典映画のＤＶＤ

双子座 5.21 ➤ 6.21

運★★★　吉凶混合運。思いがけない動きが発生し
時。意外なところから急な誘いが舞い込んだり、驚くよ
が持ち上がったり。とはいえ、おおむね吉要素が多い暗
で過剰反応せず、変化を受け入れて。利己主義に走らず、
人と接するのも開運のカギ。おしゃれの研究は大吉。た
衝動買いには注意。有酸素運動が幸運を招きます。
運♥♥♥♥　刺激的な出来事がありそう。予期せぬタ
グで出会いに遭遇したり、運命を感じさせる相手が登場
。今まで興味のなかった男性と急接近することも。一方
心が生まれる暗示も。本命の彼には誠意を示して。
キーアイテム　オレンジ色のエナメルバッグ・フレンチ
スティナー・揺れるタイプのイヤリング＆ピアス

♋蟹座 6.22 ➤ 7.22

●全体運★★★　停滞ぎみの運気。年末特有の用事以上にやるべきことが増え、気ぜわしくなる模様。ただ、実務能力は高まるので、着手してしまえばスムーズにものごとが片づくはず。堅実な計画を立て、順序よく用事に当たって。細かいことを気にせず、人のミスや短所などにも寛大に。仕事面では後輩の面倒を見ると吉。食べすぎには注意。交際費は惜しまずに。
●恋愛運♥♥　恋愛シーンは地味な雰囲気。毎日の予定をこなすのに忙しく、気持ちに余裕がなくなりそう。男性を見る目が厳しくなる傾向も出てくる暗示。男性への文句などは、こらえて正解。積極的な行動を控えて、身辺の整理を第一に。
●ラッキーアイテム　ストライプのシャツ・繊細な作りのガラスの置き物・ブルーデニム・動物に触れられるスポット

♌獅子座 7.23 ➤ 8.22

●全体運★★★★★　華やかな好調運です。注目を集めることが多くなり、あなたを中心にものごとが進展する場面も増える見込み。リーダー役を期待される機会も急増しますから、能力を出し惜しみせず、みんなを盛り上げれば吉。幹事役を務めて。クリスマスイベントにも幸運あり。金運も良好。くじや懸賞にもツキがありそう。健康面は体力を過信しないよう。発熱注意。
●恋愛運♥♥♥♥♥　パワフルな運気。楽しい出来事が発生したり、情熱的なアプローチを受けたりしそう。理想に近いタイプの男性と縁ができる兆しも。気になる人には率直に好意をアピールして。素直な態度が開運に。恋人とはリッチなデートを。
●ラッキーアイテム　ゴールドのアクセサリー・ファーをあしらったコート・ベストセラー小説・ステーキ

乙女座 8.23 ➤ 9.22

運★★　運気は乱れぎみ。アンラッキーなことが
すい星まわり。でも今期は感情的にならないよう心がけ
ジケて引きこもったり、人の悪口を言ったりしないこと。
招きやすいので、気難しい人という印象を持たれないよ
動は努めてほがらかに。年上女性との交流にツキあり。
にも幸運が。創意工夫を凝らして。睡眠をしっかり。
運♥♥　波瀾含みの運気。相手への好意が伝わり
時。駆け引きのつもりで距離をおいても反応がなかった
に近づいてみると引かれたり。自分から起こす行動は裏
がちなので控えて。浮気心にも流されないよう注意。
キーアイテム　オフホワイトのカーディガン・シルバー
セサリー・カチューシャ・バニラアイスクリーム

♎天秤座 9.23 ➤ 10.23

●全体運★★★★　身辺に活気が出てくる時。イベントや人の集まる場への誘いが増えたり、興味深いことを発見したり。人との交流がツキをもたらす星まわりです。誘いにはできるだけ参加して吉。行動をベースアップし、いろいろなものに触れるようにして。今期は「広く浅く」が吉。なお、連絡は早めかつ丁寧に。説明不足で相手を怒らせることのないよう注意。
●恋愛運♥♥♥♥　面白い動きが出てきそう。身近なところで感じのいい男性と縁ができたり、話しやすい人と知りあえたり。趣味の集まりやグループレジャーに有望株の男性がいる気配。気さくな態度が開運に。恋人にはマメにメールを送って。
●ラッキーアイテム　ドット柄のスカーフ・ニーハイブーツ・スケルトンウォッチ・ソーイングセット

♏蠍座 10.24 ➤ 11.22

●全体運★★★★　安定した運気です。新しく何かを始めたり、攻めに転じたりするよりも、実直に足もとを固める発想がツキを呼ぶ時。また、人と自分とを比較せず、マイペースで好きなことをじっくりと探求するのも今期の天恵を生かす秘訣です。時間ができたらやろうと思っていたことに取り組むチャンス。仕事仲間との交流を図るのも大吉。大きな買物も開運に。
●恋愛運♥♥♥　穏やかな運気。親しい相手とはお互いの理解と信頼が深まり、親密度がアップする兆し。手料理を披露したり、彼にプレゼントを贈ったりすると予想以上に喜ばれそう。グルメデートもマル。ただ、新しい出会いは少し先の予感。
●ラッキーアイテム　グリーン色のマフラー・オフホワイトのモヘアセーター・バラをあしらったチョーカー・プリン

射手座 11.23 ➤ 12.21

運★★★★★　ハイレベルの運気です。あなたが自発的
ことでうれしい追い風が吹く星まわり。やってみたかっ
や過去にあきらめたことなどにトライするチャンス到来。
ことや初めてのことにもツキあり。少し高めの目標に手
してみよう。イベントやクリスマスパーティーなどを企
催するのも大吉。スポーツにも幸運が。積極的に行動を。
運♥♥♥♥♥　恋愛運もパワフル。男性の注目を一身に
ようなチャンスが増えたり、ドラマティックな出会いに
たりという気配大。にぎやかな場所や初めて訪れるスポ
幸運あり。気になる人へのアプローチも成功率高めです。
キーアイテム　明るいレッドのニットキャップ・ジャー
材のワンピース・ミリタリーパーカ・インドカレー

♑山羊座 12.22 ➤ 1.19

●全体運★★　パワー弱めの運気。何かが足りないような感覚に、不満を覚えたり不安を抱えたりしがちな時。あてにしていたことがはずれる暗示も……。今期は迷ったら保留にしておき、焦って動かないほうがよさそうです。クリスマス直前頃から運気は好転する兆しなので、それまでは身辺をすっきり整理し、充電期間にして。重要な予定は12／22以降に組むと吉。
●恋愛運♥♥　動きの少ない停滞運。気になる人や恋人の煮えきらない態度にモヤモヤさせられたり、理想と現実とのギャップを痛感して弱気になったり。相手を疑う前に少し時間をおくのが賢明。フリーの人は信頼できる人に紹介を頼んで。
●ラッキーアイテム　淡い紫のストール・エナメルのリボンつきバレエ靴・パフスリーブの透けるブラウス・クリームソーダ

♒?く瓶座 1.20 ➤ 2.18

●全体運★★★★　運気好転、明るい要素が増えてくる時。画期的なアイデアが通ったり、友人知人の協力に助けられたり。思いきった変更や方向転換が吉と出やすい星まわりです。これはと思うプランは実行に移して。黙って動くより、周囲の人や関係者に考えを話すとスムーズです。グループ活動にも幸運あり。金運はますます。健康面は乱調ぎみ。無理は禁物です。
●恋愛運♥♥♥♥　楽しい展開が期待できそう。ハプニングがきっかけで話しやすい男性と親しくなったり、面白い人を紹介されたり。意外なタイミング、意外なタイプという暗示があるので臨機応変に。人の集まる場には積極的に参加すると吉。
●ラッキーアイテム　ターコイズブルーのソックス・星のモチーフのロングＴシャツ・ノートＰＣ・光る素材のアクセサリー

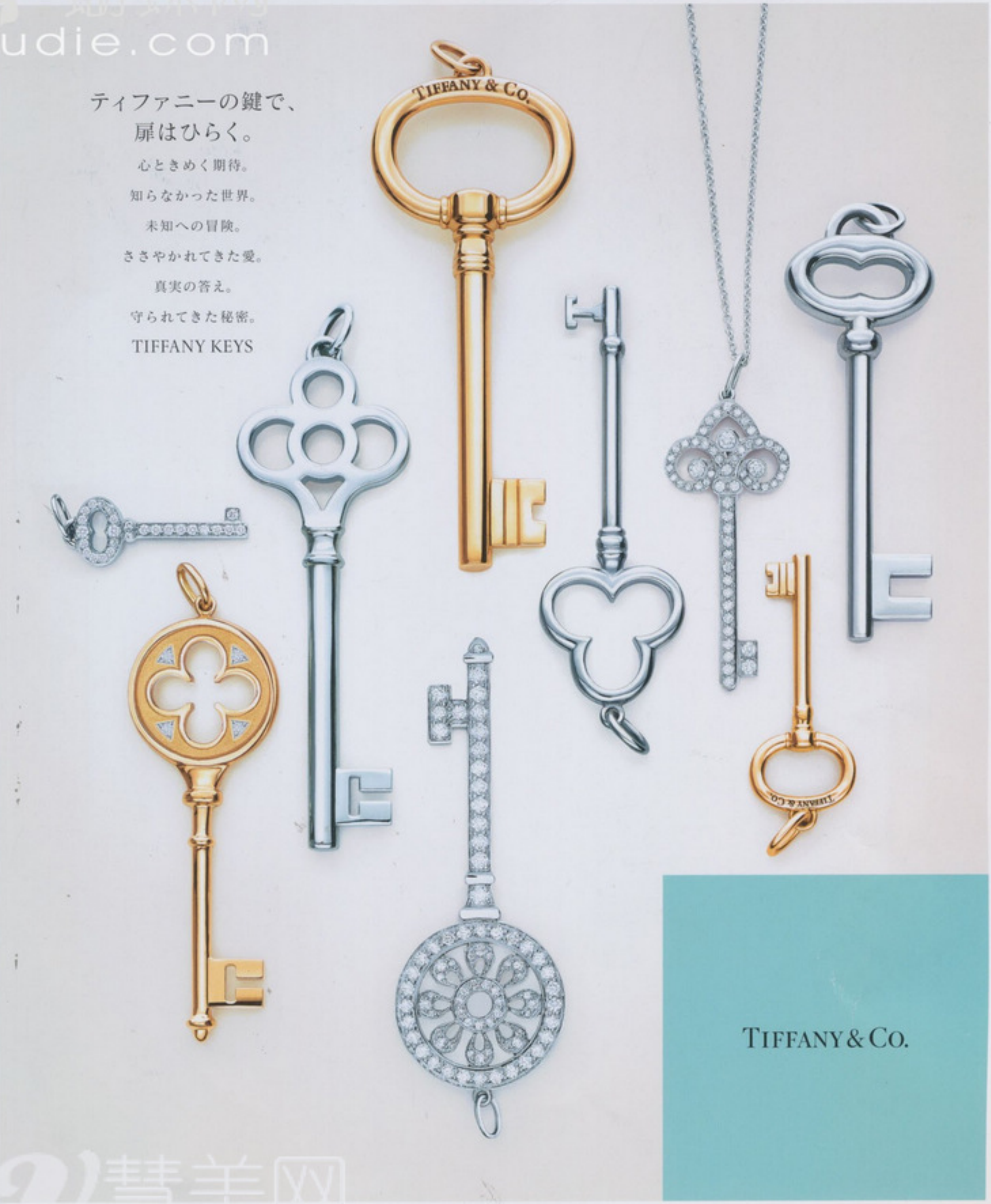
魚座 2.19 ➤ 3.20

運★★　運気は沈め。思いどおりにいかないこと
精神的に余裕がなくなりそう。やっかいな問題が発生す
も。今期は何か[illegible]ものごとに[illegible]
組むのが[illegible]的に[illegible]になります。[illegible]れないよう、
きことを丁寧に進めて。仕事面には光あり。新しい情報
す工夫を。クリスマスを機に運気好転。友人を大事に。
運♥　低調運。気になる人とはすれ違いやすく、
おぼつかないかも……。アプローチは裏目に出やすいの
し待ったほうが吉。親しい相手や恋人への不満などは言
さないように。不倫など不毛な誘いには乗らないこと。
キーアイテム　ブラウンのロングレザーブーツ・レザー
ブバッグ・和風の便せん・お好み焼き

ねぎみそ＆ハーフ
これはホームメイドで
キユーピーハーフ
カロリー
50%
カット
400g
キユーピーハーフ
www.qphalf.com
おいしく、カジュアルに。
蝴蝶网
hudie.com
慧美网
vimee.net

慧美网
vimee.net
蝴蝶网
hudie.com

慧美网 vimee.net
蝴蝶网 hudie.com



ティファニー キーは、18Kゴールド、シルバー、プラチナに、ダイヤモンドをあしらったものなど、
いろいろなデザインが揃っております。豊富な種類のチェーンと組み合わせて、あなただけのネックレスを。
お問い合せ・カタログご請求は、店頭または0120-488-712まで。
オンラインショッピングもお楽しみいただけます。
TIFFANY.COM

蝴蝶网 hudie.com
vimee.net

定価600円 本体571円 雑誌 08777-01
4910087770108
00571

©Shueisha 2009
Printed in Japan